

کراچی

بچہ بہکدہ کھلائے جانے والے
ادبکدہ کھلائے جانے والے

روحانی ڈائجسٹ

ستمبر ۲۰۱۱ء



عورت

صنف نازک

www.paks

...کونسل



عورت منفـ نازک ہے لیکن....

عورت اور مرد کی تخلیق میں قدرت کی گہری منصوبہ بندی کو سمجھنے کی ضرورت ہے....

19..... ❖❖❖

رشتوں میں تاخیر.....

پاکستان میں شادی کے انتظار میں والدین کے گھر بیٹھی لڑکیوں کی تعداد میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ اس کی وجہ سے کئی معاشرتی اور نفسیاتی مسائل بھی جنم لے رہے ہیں۔

25..... ❖❖❖

رشتے احترام سے قائم رہتے ہیں....

ہر تعلق اور رشتہ نبھانے سے نبھتا ہے۔ جھگڑے اگر وقت پر نہ نمٹائے جائیں تو سنگین نوعیت اختیار کر جاتے ہیں۔

51..... ❖❖❖

گھر کو خوشیوں کا گہوارا بنائیے....

بچے روتی ہوئی ماں اور چیخے چلاتے باپ سے ایک ہی سبق لیتے ہیں اور وہ ہوتا ہے بد تمیزی، تشدد اور عدم مفاہمت کا۔

61..... ❖❖❖

رشتے نالتے....

اردو کے ممتاز ادیب کی ایک خوبصورت کہانی....

89..... ❖❖❖

آدم ڈے

سلسلہ عظیمیہ کے زیر اہتمام منعقد آدم ڈے کی تقریبات کا احوال....

211..... ❖❖❖

19

25

51

61

اسلام، تصوف، پیرائے سائنس و کیمیا

اس کتاب میں دنیا کی سب سے بہترین چیز تک رسائی ہے۔
 نور الدین، نور علیہ السلام، خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 08
 اللہ کے عہدوں اور مردوں کی Duties الگ الگ کی ہیں۔
 صفائے جبریں۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 09
 ہم نے زمین اور آسمان کو تمہارے لیے مسخر کر دیا ہے۔ (القرآن)
 خطبات عظیمی۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 171
 مراقبہ انسان کے حواس کو دنیوی رُخوں سے متعارف کرواتا ہے
 روحانی سوال و جواب، خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 169

سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات.....
 ❖❖❖ 177.....
 لعل شہباز قلندر.....
 عہد کی دھرتی کو اپنے وجود کی ضیاء سے منور کرنے والے.....
 اقبال جیلانی..... 35



سائنس، نفسیات، معاشرت، ادب



مراقبہ کیجیے، تمباکو نوشی ترک کیجیے...
 تمباکو نوشی سے نجات حاصل کرنے کے لیے
 آپ کو مضبوط قوت ارادی کی ضرورت ہے، یہ
 قوت ارادی آپ کو مراقبہ سے مل سکتی ہے۔
 یاسر سرفراز... 99

بچوں پر اپنی سرمنشی مسلات کریں۔
 ان پر زبردستی نہیں، ان کی رہنمائی کریں۔
 سدرہ اظہر... 53

بچی بھنگ
 ہیرا پھیری اور ناجائز آمدنی کے اثرات نسلوں تک قائم
 رہتے ہیں۔
 نوشاد کاظمی... 53

روسی شہر تارہ کی سڑکیں گاڑیاں ہفتے لگتی۔
 ایک سال تک اپنا تک گہرے گڑھے نمودار ہونے کے سو
 واقعات میں دو درجن سے زائد گاڑیاں دفن۔
 سدھارتھ شری واسنو... 113

صحت مند زندگی

یوگا

123

اگ بیتال

83

خواتین، نوجوان، بچے

ملازمت پیشہ خواتین دباؤ
 میں مبتلا کیوں...؟



بچت ہی میں بچت ہے...
 پیسوں کی بچت خواتین کی ذمہ داری ہے۔
 ❖❖❖ 57

کمریلو کام میں بے احتیاطی
 حادثات کا سبب بن سکتی ہے
 احتیاطی تدابیر کے حوالے سے مفید مشورے۔



رضوانہ کوثر... 65
 پیار کا پہلا لمس اور مساج...
 آپ کے نوںہال کے لیے پہلا تحفہ مساج کیوں نہ ہو؟



صائمہ راحت... 159
 ڈانٹنے کے بغیر وزن کم کیجیے
 بزیوں اور ریشہ دار غذاؤں سے وزن کو
 کم کرنے کی ترکیب
 منصور علی بیگ... 157



صحت مند زندگی

صاف کچن، بہتر صحت
 کیا آپ اپنے کچن کو جدید بنانا چاہتی ہیں...؟
 ❖❖❖ 137

پاکستان میں اموات کا سب سے بڑا سبب
 جو کہ ابتدائی طبی امداد کی کمی ہے۔
 ❖❖❖ 163

گوشت کبھی کبھار، بزیوں روزانہ جسم رہے تو اتنا۔
 ❖❖❖ 143

رنگ و روشنی سے علاج....
 کلر تھراپی پر ہونے والی جدید ریسرچ کا ایک جائزہ....
 ❖❖❖ 127

سرخ، عنبی، اشترامیری
 ❖❖❖ 141
 آملہ۔ حیرت انگیز صفات کا پھل
 عشرت سمیعہ... 151
 دودھ، ایک مکمل غذا... 147

بسم کے عجائبات

آنکھیں

131

یہ ہے پاکستان

تھیما کی

183

عقل حیران ہے! سائنس خاموش ہے

روزویل کا واقعہ،
 سائنسدان خاموش کیوں

103

مستقل عنوانات

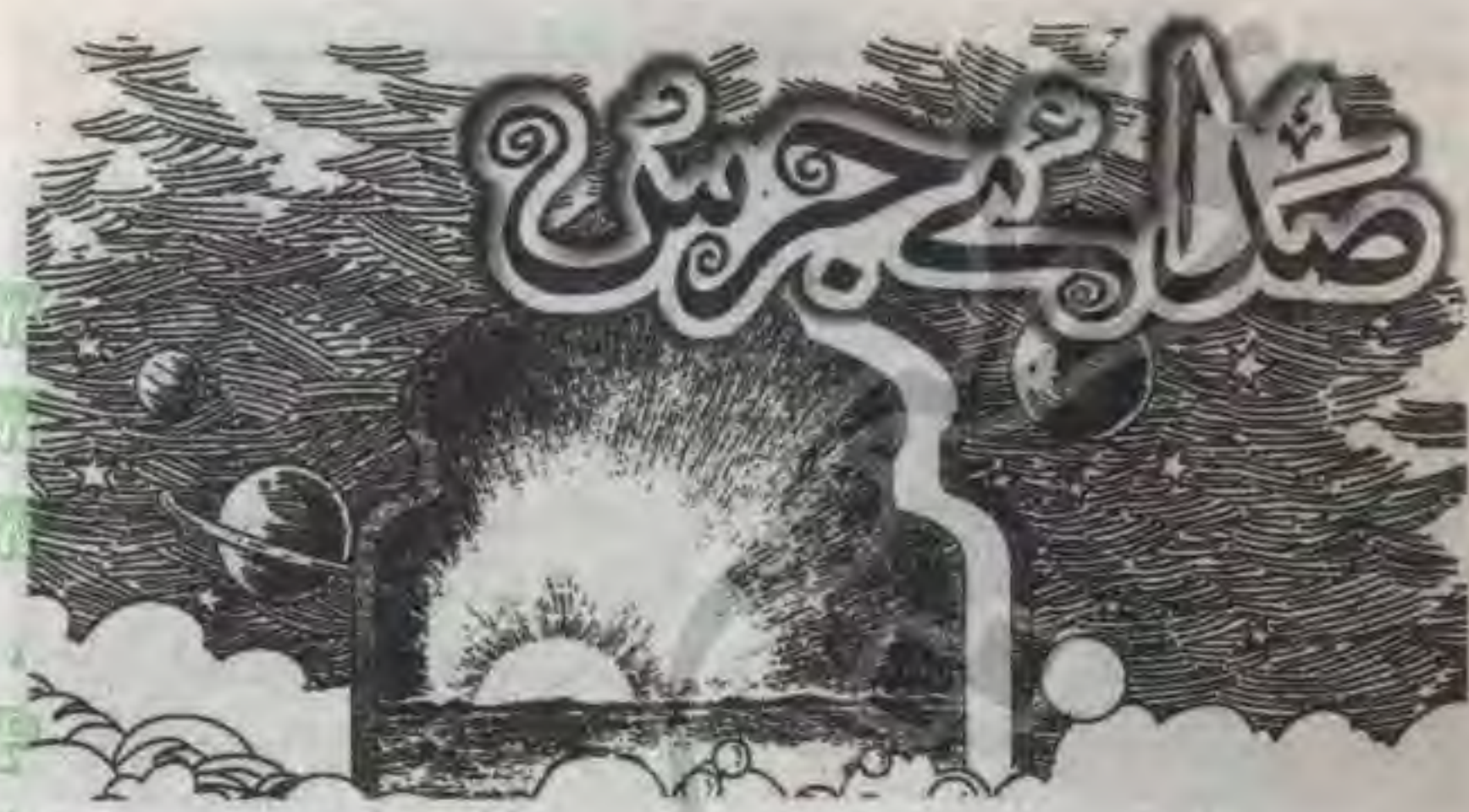
195- انعامی مقابلوں کے نتائج... ❖❖❖
 197- بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... محمد نبیل عباسی
 205- محفل مراقبہ... ❖❖❖
 217- روحانی ڈاک... ڈاکٹر وقار یوسف عطی
 ❖❖❖

167- قرآنی انسائیکلو پیڈیا... ادارہ
 175- شرح لوح و قلم... خواجہ شمس الدین عظیمی
 181- تاریخ صدی پہلے... ❖❖❖
 187- قوس قزح... ❖❖❖
 193- معلومات عالم... ❖❖❖

مستقل عنوانات

121- سائنس کا Q&A... ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی
 135- اشرف باقی کے نوٹس...
 153- دوسرے جوان... فلک باز
 161- گھر کا معالج...
 165- طبی مشورے... حکیم عادل السعید

12- حق الیقین... ڈاکٹر وقار یوسف عطی
 16- قارئین کے تاثرات...
 67- جیتی جاگتی زندگی... ❖❖❖
 95- کیفیات مراقبہ...
 115- عالم امروز... احسن عظیم مجلد



آخری الہامی کتاب قرآن مجید اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ

ترجمہ: عورتوں کو بھی ویسے ہی حق ہیں جیسے ان پر مردوں کے ہیں دستور کے مطابق۔ (سورہ بقرہ: 228)

ترجمہ: مومن مرد اور مومن عورتیں ایک دوسرے کے مددگار ہیں کہ اچھے کام کرنے کو کہتے اور بری باتوں سے منع کرتے اور نماز پڑھتے اور زکوٰۃ دیتے اور خدا اور اس کے پیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم کی اطاعت کرتے ہیں۔ یہی لوگ ہیں جن پر خدا رحم کرے گا۔ بیشک خدا غالب حکمت والا ہے۔ (سورہ توبہ: 71)

ترجمہ: پس ان کے رب نے ان کی دعا قبول فرمائی کہ تم میں سے کسی کام کرنے والے کے کام کو خواہ وہ مرد ہو یا عورت میں ہرگز ضائع نہیں کرنا۔ تم آپس میں ایک دوسرے کے ہم جنس ہو۔ (سورہ آل عمران: 195)

ترجمہ: اور جو نیک کام کرے گا مرد ہو یا عورت اور وہ صاحب ایمان بھی ہو گا تو ایسے لوگ بہشت میں داخل ہوں گے اور ان کی تل برابر بھی حق تلفی نہ کی جائے گی۔ (سورہ نساء: 124)

ترجمہ: بیشک مسلمان مرد اور عورتیں مومن مرد اور مومن عورتیں فرماں برداری کرنے والے مرد اور فرماں بردار عورتیں اور راست باز مرد اور راست باز عورتیں صبر کرنے والے مرد اور صبر کرنے والی عورتیں، عاجزی کرنے والے مرد اور عاجزی کرنے والی عورتیں، خیرات کرنے والے مرد اور خیرات کرنے والی عورتیں، روزے رکھنے والے مرد اور روزے رکھنے والی عورتیں، اپنی شرم گاہ کی حفاظت کرنے والے مرد اور حفاظت کرنے والیاں، بکثرت اللہ کا ذکر کرنے والے اور ذکر کرنے والیاں (ان سب کے) لئے اللہ تعالیٰ نے (وسیع مغفرت) اور بڑا ثواب تیار کر رکھا ہے۔ (سورہ احزاب: 35)

حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہے کہ عورتوں کے معاملہ میں خدا سے ڈرو تمہارا عورتوں پر حق ہے اور عورتوں کا تم پر حق ہے۔ (خطبہ حجۃ الوداع)

دنیا ساری کی ساری سامان زندگی ہے اور اس متاع دنیا میں سب سے بہترین چیز نیک عورت ہے۔ (مسلم)

تم میں سب سے اچھا وہ ہے جو اپنے گھر والوں کے لئے سب سے اچھا ہو، اور میں اپنے گھر والوں کے لئے تم سب سے بڑھ کر اچھا ہوں۔ (مشکوٰۃ)

اللہ تعالیٰ نے جنت ماں کے قدموں کے نیچے رکھا ہے۔ (صحیح جامع الصغیر)

پیارے دوستو! کیا سارے ہی مرد ذہین ہوتے ہیں، کم عقل نہیں ہوتے۔ کیا پانگل خانوں میں ساری عورتیں ہی ہوتی ہیں، مرد نہیں ہوتے؟.... دیکھیے مرد بھی ذہین اور ہوشیار ہوتے ہیں، عورتیں بھی ذہین اور ہوشیار ہوتی ہیں۔ بعض عورتیں تو مردوں کے کان کاٹ لیتی ہیں اور ایسے مرد بھی ہیں جو عورتوں کو بیوقوف بنادیتے ہیں۔

کچھ عرصہ پہلے میں نے روحانی ڈائجسٹ میں ایک مضمون میں لکھا تھا کہ ایک صاحب کی شیر سے ملاقات ہو گئی، اتفاق سے شیر انسان کی زبان سمجھتا تھا۔ ان دونوں کی آپس میں بحث ہو گئی، شیر نے کہا کہ میں زیادہ طاقتور ہوں، انسان نے کہا میں زیادہ طاقتور ہوں۔ دونوں نے بڑی دلیلیں دیں، میں تیز بھاگ سکتا ہوں انسان اتنا تیز نہیں بھاگ سکتا، میرے ہاتھ کی گرفت ایسی ہے کہ میں ایک مرتبہ اگر نیل کی گردن پکڑ لوں تو وہ بل نہیں سکتا، ہرن کو پیچھے سے پکڑ لوں تو اسے اٹھا سکتا ہوں لیکن انسان نہیں اٹھا سکتا۔ قبلہ خوب بحث ہوئی۔ انسان نے ایسی دلیلیں دیں کہ شیر عاجز آ گیا، زچ ہو گیا اور اس کے پاس کوئی دلیل نہیں رہی۔

شیر بولا! چل یار تیری بات اونچی ہوتی ہے۔ بتاتیرے پاس ثبوت کیا ہے کہ انسان شیر سے زیادہ طاقتور ہے۔ انسان نے اپنی جیب میں ہاتھ ڈالا اور ایک تصویر نکالی۔ تصویر یہ تھی کہ شیر کے اوپر آدمی بیٹھا ہوا ہے، اس نے کہا یہ دیکھو۔ شیر بڑا پریشان ہوا، اس نے سوچا بڑا پکا ثبوت ہے، شیر بکری کی طرح سر جھکائے کھڑا ہے اور آدمی اس پر بیٹھا ہے۔ شیر سوچتا رہا، سوچنے کے بعد اس نے کہا بھائی آدمی! یہ بتا کہ تصویر بتائی کس نے ہے.... اس نے کہا انسان نے بنائی ہے، شیر بولا پھر تو مسئلہ حل ہو گیا، جس وقت شیر تصویر بنائے گا اس وقت شیر آدمی کے اوپر ہو گا۔

جس دن عورت برسر اقتدار آئے گی اس وقت عورت ذہین ہو گی اور مرد ناقص العقل کہلایا جائیگا، بات تصویر کی ہے، ابھی کیمرو مردوں کے ہاتھ میں ہے عورتوں کے ہاتھ میں نہیں آیا۔ کچھ دن کی بات ہے عورتوں کے ہاتھ میں کیمرو آجائے گا۔

اللہ تعالیٰ قرآن میں فرماتا ہے کہ

ترجمہ: بیشک مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں، مومن مرد اور مومن عورتیں، قناعت کرنے والے مرد

قناعت کرنے والی عورتیں، سچ بولنے والے مرد اور سچ بولنے والی عورتیں، صبر کرنے والے مرد صبر کرنے والی عورتیں، عاجزی کرنے والے مرد عاجزی کرنے والی عورتیں، خیرات کرنے والے مرد خیرات کرنے والی عورتیں، روزہ رکھنے والے مرد اور روزہ رکھنے والی عورتیں، اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کرنے والے مرد اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کرنے والی عورتیں، اللہ کا ذکر کرنے والے مرد اور اللہ کا ذکر کرنے والی عورتیں، اللہ تعالیٰ کے پاس ان لوگوں کا اجر ہے کہ اللہ تعالیٰ ان کی مغفرت فرمائیں گے اور ان کو اجر عظیم عطا کریں گے۔ (سورۃ احزاب: 35)

اللہ تعالیٰ نے عورت اور مرد کے برابر درجے متعین کیے ہیں۔ ایک مرد نماز پڑھتا ہے، اس کو جتنا ثواب ملے گا عورت کو بھی اتنا ہی ثواب ملے گا۔ ایک مرد حج کرتا ہے، اس کو جتنا ثواب ملے گا عورت کو بھی اتنا ہی ثواب ملے گا۔ صحابہ کرامؓ کی زندگی اور صحابیاتؓ کی زندگی، میں ہمیں نظر آتا ہے کہ جس طرح صحابہ کرامؓ جہاد میں شریک ہوئے، انہوں نے لڑائیاں لڑیں، اسی طرح ہماری ماؤں نے بھی شرکت کی۔ نرسنگ کا کام کیا، مرہم پٹی کی، اسلامی نقطہ نظر سے اللہ تعالیٰ نے مرد اور عورت کو محض چند مخصوص حالات کے علاوہ برابر کا درجہ اور اجر عطا کیا ہے۔ حضرت بی بی خدیجہؓ کا روبرو کرتی تھیں۔ حضور پاک ﷺ کے زمانے میں بہت ساری خواتین تھیں جو کاروبار کرتی تھیں۔ بہت ساری خواتین تھیں جو ملازمت کرتی تھیں۔

جہاں تک عورت اور مرد کے حقوق کا تعلق ہے، اللہ تعالیٰ نے عورتوں اور مردوں کی Duties الگ الگ کی ہیں۔ مثلاً عورت کو یہ سعادت ملتی ہے کہ وہ ماں بن جاتی ہے، مرد کو یہ سعادت ہے کہ وہ باپ بن جاتا ہے۔ لیکن جب ہم عورت اور مرد دونوں کا موازنہ کرتے ہیں تو عورتوں کی ڈیوٹی بالکل اس سے مختلف ہے جو مردوں کی ڈیوٹی ہے اور مرد حضرات کی ڈیوٹی، اس سے بالکل مختلف ہے جو خواتین کی ہے۔ Duties الگ الگ ہونے سے عورت اور مرد کے درجے میں فرق واقع نہیں ہوتا۔

اسلام سے پہلے خواتین کا کیا حال تھا، ذرا تاریخ اٹھا کر دیکھیے۔ بھیڑ بکریوں کی طرح بکتی عورتیں، فیتے سے گردنیں اور رانیں ناپی جاتی تھیں، پھر قیمت لگتی تھی۔ عورتوں کو جھٹکریاں ڈال کر کھونٹے سے باندھ دیا جاتا تھا۔ ایک مرد کئی سو عورتوں کو ریوڑ کی طرح ہانکتا تھا۔ تذلیل کا ایک نشان تھی عورت۔

رسول اللہ ﷺ نے عورت کو وہ عزت و مقام عطا فرمایا، جو عورت کو کبھی حاصل نہیں ہوا تھا۔ فرمایا ماں کی نافرمانی سے آدمی کے اوپر جنت حرام کر دی گئی ہے۔ میاں بیوی دونوں ایک دوسرے کا لباس ہیں۔ ماں کے قدموں میں جنت ہے۔ اللہ تعالیٰ نے رسول ﷺ کی زبانی فرمایا اگر تمہاری ماں یا باپ، تمہیں آواز دیں تو نیت توڑ کر، پہلے ماں کی خدمت کرو، ماں کا کہنا مانو، اس کے بعد نماز پڑھو۔ سبحان اللہ، رسول اللہ ﷺ اور اللہ نے عورت کو کتنی عظمت عطا فرمائی ہے۔

قرآن کے نقطہ نظر سے جب ہم مرد اور عورت کی تخلیق پر غور کرتے ہیں تو ہمیں برابری نظر آتی ہے۔ جس طرح ایک لڑکا پیدا ہوتا ہے اسی طرح ایک لڑکی پیدا ہوتی ہے، لڑکا اپنی ماں کا دودھ پیتا ہے، لڑکی بھی اپنی ماں کا دودھ پیتی ہے۔ جس طرح ایک مرد تعلیم حاصل کر کے انجینئر بن جاتا ہے اسی طرح ایک لڑکی بھی انجینئر بن جاتی ہے۔ جس طرح ایک آدمی حساب کتاب پڑھ کر بینکر ہو سکتا ہے، اسی طرح عورت بھی بینکر بن جاتی ہے۔ سیاسی معاملات میں جس طرح ایک مرد وزیر اعظم بن جاتا ہے، اسی طرح عورت وزیر اعظم بن جاتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کے نظام کے تحت

مرد اور عورت کو برابر برابری عطا کی گئی ہیں۔ البتہ Duties الگ الگ ہیں۔ مردوں کو عورتوں پر محض اس لیے فضیلت ہے کہ وہ گھر کا نگران اور نگہبان ہے۔ اس کے اوپر گھر کے اخراجات کی ذمہ داری ہے۔

الہی نظام کے تحت عورت اور مرد دونوں کو اللہ تعالیٰ نے صلاحیتیں عطا کی ہیں اور اللہ تعالیٰ یہ چاہتے ہیں کہ مرد اپنی صلاحیتوں سے واقف ہو کر زندگی میں استفادہ کریں اور عورتیں اپنی صلاحیتوں سے واقف ہو کر استفادہ کریں۔ اگر ماں تعلیم یافتہ ہے، باپ بھی تعلیم یافتہ ہے دونوں کے بچوں کی تربیت اچھی ہوگی، اگر ماں اور باپ دونوں علم سے کوئی واسطہ نہیں رکھتے تو کیا اولاد کی تربیت اچھی ہوگی....؟

اسلام نے عورت کو پابند نہیں کیا۔ کہیں یہ نہیں کہا کہ عورت تعلیم حاصل نہ کرے، عورت ملازمت نہ کرے، عورت کاروبار نہ کرے، ڈاکٹر، نرس، انجینئر نہ بنے۔ رسول اللہ ﷺ کے ارشاد کے مطابق ہر مسلمان مرد اور ہر مسلمان عورت پر علم سکھنا فرض ہے.... علم کے سلسلے میں کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ علم صرف مرد ہی سکھے گا اور عورت نہیں سکھ سکتی۔ جہاں تک صلاحیت کا تعلق ہے کہ اللہ تعالیٰ نے جب عورت اور مرد دونوں کو تخلیق کیا۔ عورتوں اور مردوں دونوں کو اللہ نے صلاحیتیں عطا کیں ہیں۔ اس دور میں ہم دیکھتے ہیں کہ چین میں بچپن فیصد عورتیں پائلٹ ہیں۔ جب حکمرانی کی طرف نظر اٹھتی ہے کئی ملکوں کی سربراہ خواتین ہیں۔ جب ہم میڈیکل سائنس کی طرف آتے ہیں تو ہر قسم کی ڈاکٹر ہیں، Surgeon ہیں، آپریشن کرتی ہیں۔ یونیورسٹیوں میں پروفیسر، وائس چانسلر، ڈیپارٹمنٹ کی چیئر پرسن، Dean خواتین ہیں۔ اسی صورت سے خواتین کاروبار میں، بینکنگ میں بڑا کردار ادا کر رہی ہیں۔ کھیلوں کے شعبے میں دیکھیے عورتیں کرکٹ کھیل رہی ہیں، ہاکی کھیل رہی ہیں، ٹینس کھیل رہی ہیں۔ کوہ پیما کی جیسا جان جو کھوں میں ڈالنے والا کام کر رہی ہیں۔ کوئی شعبہ ایسا سامنے ہے جس کے بارے میں یہ طے کیا جائے کہ اس شعبے میں خواتین نہیں ہیں۔

میں نے جہاں تک تفکر کیا ہے، مجھے تو کوئی شعبہ ایسا نظر نہیں آتا کہ جس کے بارے میں کہا جائے عورت کام نہیں کر سکتی۔ دو آنکھیں عورت کی ہیں، دو آنکھیں مرد کی ہیں۔ فی زمانہ کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ عورت صرف نازک اندام ہے، کمزور ہے، دیکھتی ہے تو اسے نظر نہیں آتا ہے اور مردوں کو ہر شے روشن نظر آتی ہے۔ ایسا نہیں ہے۔ جس طرح عورت دیکھتی ہے، اسی طرح مرد بھی دیکھتا ہے۔ آج ماشاء اللہ عورتوں کی نمائندگی مردوں سے زیادہ ہے۔ تعلیمی میدان کا یہ حال ہے کہ لڑکے زیادہ فیل ہوتے ہیں، لڑکیاں زیادہ پاس ہوتی ہیں۔

ہم برائے اعلان کر سکتے ہیں اپنے بچوں، بیٹیوں اور بڑوں سے معذرت کے ساتھ جس طرح مرد معاشرہ پانچ ہزار سال سے قائم ہے اب یہ معاشرہ تبدیل ہو رہا ہے۔ میں نے اپنا مشن بنایا ہے کہ اپنی بیٹیوں کو میں اس بات سے آگاہ کروں کہ زمانہ تبدیل ہو رہا ہے۔ لہذا ان کے اوپر فرض عائد ہوتا ہے کہ دنیاوی علوم کے ساتھ ساتھ رسول اللہ ﷺ کے علم کو بھی سیکھیں۔ اگر انہوں نے رسول اللہ ﷺ کے علم کو نہ سیکھا اور خواتین نے انبیاء کی تعلیمات کو نہیں اپنایا تو جس طرح یہ معاشرہ مرد حضرات کی وجہ سے خراب ہوا، فساد برپا ہوا.... خواتین کے دور حکومت میں بھی فساد برپا ہو گا اور انسان کو چین و سکون نہیں ملے گا۔





سلسلہ معظمیہ کے امام قلندر بابا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ اب سے پچاس برس پہلے فرماتے تھے کہ اگلی صدی (۱۹ویں صدی) میں خواتین کی بالادستی ہوگی۔ آج ہر گزرتا دن اس قول کی سچائی کی گواہی دے رہا ہے۔ دنیا بھر میں سماجی، معاشی، سیاسی امور میں خواتین کی شمولیت میں روز بروز اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ امور خانہ داری، بچوں کی پرورش و تربیت کے ساتھ ساتھ تعلیمی اداروں، دفاتروں، کھیتوں، فیکٹریوں میں خواتین موثر کردار ادا کرتی نظر آتی ہیں۔ سپہ گری خالصتاً مردانہ شعبہ سمجھا جاتا ہے لیکن اب فوج کے مختلف شعبوں میں بھی خواتین کی تعداد نمایاں ہوتی جا رہی ہے۔ وطن عزیز پاکستان میں زندگی کی مختلف شعبوں میں خواتین کی شمولیت کا تناسب روز بروز بڑھ رہا ہے۔

تعلیم، معاشی سرگرمیوں اور مملکت کے انتظام میں خواتین کی شمولیت کے حوالہ سے معاشرہ کا ایک طبقہ شدید تحفظات کا بھی شکار ہے۔ ہمارے معاشرہ میں بعض لوگ عورتوں کے بارے میں نہایت شدت پسندانہ نظریات کے حامل ہیں۔ ستم کی بات یہ ہے کہ کئی لوگ عورتوں کے بارے میں اپنے منہ کی نظریات کو اسلام کے لبادے میں پیش کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ حالانکہ اعمال کے اجر کے لحاظ سے عورت اور مرد میں کسی تخصیص کا پتہ نہیں چلتا۔ بلکہ ہر ایک کے لئے اس کے اعمال کے مطابق بدلہ ہے۔

سورہ آل عمران میں ہے:

”اللہ نے ان کی دعا قبول کر لی اور فرمایا کہ میں کسی عمل کرنے والے کے وہ مرد ہو یا عورت عمل کو ضائع نہیں کرتا۔“

سورہ النساء میں ارشاد ہوتا ہے:

”اور جو اچھے کام کرے گا وہ مرد ہو یا عورت اور وہ صاحب ایمان بھی ہو تو ایسے لوگ (یعنی ایسے مرد اور عورتیں) بہشت میں داخل ہوں گے اور ان کی تل برابر بھی حق تلفی نہیں کی جائے گی۔“

سورہ احزاب میں ارشاد ہوتا ہے:

”پیشک مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں۔ اور مومن مرد و عورتیں۔ اور بندگی کرنے والے مرد و عورتیں۔ اور سچے مرد اور سچی عورتیں۔ اور اللہ کے آگے جھکنے والے

مرد اور عورتیں۔ صابر مرد و عورتیں۔ اور غیرات کرنے والے مرد اور عورتیں۔ اور روزہ رکھنے والے مرد اور عورتیں۔ اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کرنے والے مرد اور عورتیں۔ اللہ کو بکثرت یاد کرنے والے مرد اور عورتیں۔ اللہ نے ان کے واسطے مغفرت اور بڑا درجہ رکھا ہے۔“

عورت کے بارے میں قدیم یونان اور اس وقت کے دیگر معاشروں میں شدید تنگ نظری پائی جاتی تھی۔ ایام جاہلیت کے عرب معاشروں میں بھی عورت کو نہایت کمتر مخلوق سمجھا جاتا تھا۔ بعض عرب قبائل میں تو باپ اپنے ہاں بیٹی کی ولادت پر اس قدر شرمسار ہوتا تھا کہ اپنی بیٹی کو اپنے ہاتھوں سے زندہ زمین میں دفن کر دیتا تھا۔

اسلام نے عورت کو بھرپور عزت و توقیر اور تحفظ عطا فرمایا۔ قرآن اور رسول اللہ ﷺ کی جانب سے عورتوں کو عطا کردہ حقوق عورتوں کی کسی جدوجہد یا مطالبات کے جواب میں نہیں تھے بلکہ یہ عورت کو انسانی وجود کا برابر کا حصہ قرار دے کر عطا کئے گئے تھے۔ اسلام نے عورت کو کمتر یا حقیر قرار نہیں دیا بلکہ ہمیشہ عورت کی عزت و تکریم کا اہتمام کیا۔ لیکن بد قسمتی سے آج کے مسلمان معاشروں میں بعض مذہبی لوگ بھی عورت کو ایک عضو معطل اور مرد کا مکمل طور پر محتاج بنائے رکھنے کے حامی ہیں۔

دلچسپ بات یہ ہے کہ ہمارے معاشرہ میں بہت سی عورتیں بھی قرآن اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جانب سے عطا ہونے والے حقوق کا صحیح فہم نہیں رکھتیں۔ دوسرے الفاظ میں یہ کہا جاسکتا ہے کہ بہت سی عورتیں خود اپنے اسلامی حقوق سے آگاہ نہیں ہیں۔ قرآن نے کسی بھی جگہ یہ نہیں کہا کہ عورتیں مردوں سے کمتر ہیں۔ صنفی لحاظ سے مرد و عورت کی تقسیم نسل انسانی کی بقاء اور تہذیب کے ارتقاء کے لئے ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

”لو گویا ہم نے تم کو ایک مرد اور ایک عورت سے پیدا کیا اور تمہاری قومیں اور قبیلے بنائے تاکہ ایک دوسرے کو شناخت کرو۔ اور اللہ کے نزدیک تم میں زیادہ عزت دار وہ ہے جو زیادہ متقی ہے۔“ (سورہ الحجرات - 13)

عورتیں مردوں سے کمتر نہیں ہیں ہاں بعض معاملات میں عورتیں مردوں سے مختلف ضرور ہیں۔ لیکن یہی کیوں کہا جائے کہ عورتیں مردوں سے مختلف ہیں۔ یہ بھی تو کہا جاسکتا ہے کہ مرد و عورتوں سے مختلف ہیں۔ مگر زندگی کے بے شمار عوامل میں یہ اختلاف بہت محدود قسم کا ہے۔ تخلیقی نظام میں اپنے کام کی انجام دہی کے لئے جسمانی فرق کے علاوہ عورت کی جلد مرد کی نسبت نرم و نازک ہوتی ہے۔ عورت کا اوسط قد اور وزن مرد کے اوسط قد اور وزن سے کم ہوتا ہے اس کے علاوہ دونوں کی تخلیق اور جسمانی نظام میں کیا فرق ہے؟....

مذہبی دانشوروں کا ایک طبقہ کہتا ہے مردوں کو عورتوں پر حاکم بنا کر انہیں فضیلت دی گئی ہے۔ ایسے لوگ اپنے اس نظریہ کی تائید میں قرآن کی ایک آیت سے استدلال لاتے ہیں۔

الرجال قوا من علی النساء بما فضل اللہ بعضهم علی بعض و بما انفقوا من اموالہم

سورہ النساء کی ان آیات کا ترجمہ کچھ اس طرح کیا جاتا ہے:

”مرد عورتوں پر حاکم ہیں۔ اس لئے کہ اللہ نے بعض کو بعض پر افضل بنایا ہے اور اس لئے کہ مرد اپنا مال خرچ

کرتے ہیں۔“

اس آیت کے تین حصے کئے جاسکتے ہیں:

(1) الرجال قوامون على النساء۔

(2) بسا فضل الله بعضهم على بعض۔

(3) وبسا انفقوا من اموالهم۔

عربی زبان کے لفظ قوامون کا اردو زبان میں ترجمہ حاکم کیا گیا ہے۔ اس آیت میں جہاں ایک کو دوسرے پر فضیلت کا ذکر ہے وہاں صرف یہ مطلب نکالا گیا ہے کہ مرد کو عورت پر فضیلت حاصل ہے۔ حالانکہ زندگی میں بے شمار مقامات ایسے آتے ہیں جہاں اسلام نے عورت کا رتبہ اس قدر بڑھا دیا ہے کہ مرد اس تک پہنچ ہی نہیں سکتا۔ خاص طور پر جب عورت کا کردار بحیثیت ماں کے زیر بحث آتا ہے۔ عورت کی بحیثیت ماں کی اس قدر فضیلت بیان ہوئی ہے کہ جنت کو ماں کے قدموں تلے بتایا گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ اس آیت میں فضیلت کا ذکر اگر مرد کے لئے سمجھا جائے گا تو یہ مطلق فضیلت نہیں ہے بلکہ مرد کے کسی کردار سے منسلک اور مشروط ہے۔ بصورت دیگر اس کا اطلاق مختلف اوقات میں مختلف انسانوں یعنی کبھی مرد اور کبھی عورت پر ہو سکتا ہے۔ اس آیت میں آگے وہ سبب بھی بیان ہو رہا ہے جسے مرد کی فضیلت سے منسلک قرار دیا جاسکتا ہے۔ وہ یہ کہ مرد اپنا مال خرچ کرتے ہیں۔

مال خرچ کرنے کے لئے ضروری ہے کہ پہلے مال پاس ہو۔ مال پاس ہونے کے لئے ضروری ہے کہ مال کمایا جائے، مال کمانے کے لیے گھر سے باہر نکل کر معاشی سرگرمیوں میں حصہ لینا اور جدوجہد کرنا پڑتی ہے۔ چنانچہ مرد گھر کے اخراجات پورے کرنے کے لیے محنت و مشقت کر کے مال کما کر لاتا ہے تو اس طرح اس کا یہ حق بنتا ہے گھر کے معاملات اس کی رائے یا اس کی مرضی کے مطابق چلائے جائیں۔

سوال یہ ہے کہ اگر کوئی مرد گھر کی کفالت کے لئے اپنی معاشی ذمہ داریاں پوری نہیں کرنا چاہتا اور مجبوراً اس کی بیوی، بیٹی یا بہن کو معاش کے حصول کے لئے تنگ و دو کرنی پڑتی ہے.... تو پھر بھی اس کی فضیلت گھر میں قائم رہے گی؟.... بعض گھروں میں ایسی صورت میں پیش آسکتی ہے کہ گھر کے کفیل مرد کا انتقال ہو جائے اور بچوں کی پرورش کی تمام تر ذمہ داری ماں پر آن پڑے.... اس ماں کے پندرہ سولہ سال کے لڑکے ہوں جو تعلیم حاصل کر رہے ہوں کیا ایسے گھر میں سرپرست ماں ہوئی یا مرد ہونے کی وجہ سے اس ماں کے لڑکے سرپرست قرار پائیں گے؟.... ظاہر ہے کہ گھریلو معاملات، بچوں کے رشتہ ناطوں کا فیصلہ وہ لڑکے نہیں بلکہ ان کی ماں ہی کرے گی۔

اس آیت میں لفظ قوامون کا مطلب حاکم سمجھ لیا گیا ہے جبکہ عربی زبان کی لغات میں قوامون کے معنی ہیں دوسرے کی ضروریات زندگی پورا کرنے کا ذمہ دار عربی زبان کی لغت المنجد میں قوام کے یہ معنی بتائے گئے ہیں ”تحو بصورت قد والا، معاملہ کا ذمہ دار و کفیل، معاملہ کی ذمہ داری کو پورا کرنے پر قادر“۔ قوام کی جمع قوامون ہے۔ ان معانی کو سامنے رکھتے ہوئے اس آیت میں غور کیا جائے تو ایک بالکل ہی مختلف صورت حال سامنے آتی ہے۔

بجائے اس کے مرد کو عورت پر حاکم قرار دے کر عورت کے درجہ کو مرد سے کم سمجھا جائے یہاں تو عورت کی سہولت کے لئے اس کے حق کی دکالت کی جارہی ہے۔ گھریلو زندگی کے حوالہ سے اس بات کی بہت اہمیت ہے۔ گھر کا نظام چلانا مرد اور عورت کی مشترکہ ذمہ داری ہے۔

بچوں کی پرورش و نشوونما اور گھر کی دیگر بھال عورت کے ذمہ ہو تو اخراجات کی فراہمی سے بری الذمہ رہنا اس کے لئے بہتر ہے۔ چنانچہ ایسی صورت میں اپنی بیوی اور بچوں کے لئے اور گھر کے دوسرے زیر کفیل افراد کے لئے معاش کے حصول کے لئے دو ڈھوپ اور وسائل کی فراہمی مرد کے ذمہ قرار دی گئی۔

الرجال قوامون على النساء

مرد عورتوں کے لئے ضروریات زندگی فراہم کرنے کے ذمہ دار ہیں....

اور ایسا کر کے مرد عورت پر کوئی احسان نہیں کرتا بلکہ عورت گھر کے اندر کی ذمہ داریاں ادا کر کے اپنا کردار ادا کرتی ہے.... اور مرد گھر کے باہر کی ذمہ داریاں ادا کر کے اپنا کردار ادا کرتا ہے۔

اس کے ساتھ ساتھ یہ بھی یاد رکھنا چاہئے کہ گھر کے باہر کام کاج یا مال کمانا صرف مرد کا حق نہیں قرار دیا گیا۔ عورت اگر چاہے تو وہ بھی معاشی سرگرمیوں میں حصہ لے کر مال کما سکتی ہے۔ لیکن ایسی صورت حال میں اسلام نے عورت کو مرد پر فضیلت دی ہے۔ وہ اس طرح کہ گھر کے اخراجات کی فراہمی مرد کے ذمہ لگائی گئی ہے لیکن عورت کے لئے ایسی کوئی ذمہ داری نہیں ہے۔ عورت اگر اپنی کمائی میں سے مرد کو ایک پیسہ بھی نہ دے تو مرد کا اس پر کوئی دعویٰ نہیں ہے۔

عورتوں کے بارے میں قرآنی احکام سورۃ النساء میں ہے:

”مرد جو کچھ کمائیں ان کا حصہ ہے۔ اور عورتیں جو کچھ کمائیں وہ ان کا حصہ ہے۔“

اب ان آیات کی ترجمانی اس طرح ہو سکتی ہے کہ عورتوں کے لئے روزی مہیا کرنے اور ان کے امور کی دیکھ بھال مردوں کی ذمہ داری ہے، کیونکہ اللہ نے ایک کو ایک پر فضیلت دی ہے۔

(اور فضیلت کیوں ہے؟) اس لئے کہ وہ (یعنی مرد) اپنے مال خرچ کرتے ہیں۔ فضیلت کے اس مشروط اعلان کے علاوہ کہیں بھی عورت پر مرد کی مطلق حاکمیت کا کوئی فرمان قرآن میں نہیں ملتا۔

آئیے ہم سب مل کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔

ربنا لاتواخذنا ان نسينا او اخطانا O آمین!

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آپ کے تاثرات



قارئین کرام سے گزارش

ہے کہ اپنی آراء و افکار کے ذریعہ

یا بذریعہ ای میل اس طرح ارسال کریں کہ وہ ہمیں مہینے کی 15 تاریخ سے قبل موصول ہو جائیں، اپنی آراء و تبصرے کے ساتھ اپنا پورا نام، اپنے شہر کا نام اور پتہ، وطن ملک، مقیم قارئین اپنے ملک کا نام بھی تحریر کریں۔

1-D, 1/7، ناظم آباد کراچی 74600۔

آپ ہمیں اپنے تاثرات روحانی ڈائجسٹ کے فیس بک پیج اور ویب سائٹ پر بھیج یا پوسٹ کر سکتے ہیں۔

ای میل: roohanidigest@yahoo.com

فیس بک: facebook.com/roohanidigest

ویب سائٹ: www.roohanidigest.net

اولاد کا ملنا جہاں اللہ تعالیٰ کا بہت بڑا انعام ہے وہیں

والدین پر ایک ذمہ داری بھی ہے، ذرا سوچیے اولاد ملنے پر خوشی منانے والے کتنے والدین ہیں جو ان ذمہ داریوں سے بھی پوری طرح آگاہ ہیں۔

حق الیقین میں لکھے گئے اس مختصر سے جملے نے نوجوان نسل سے بڑی بڑی شکایتوں کے حقیقی اسباب عیاں کر دیئے ہیں۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے کتنے اچھے انداز میں یہ بات سمجھادی ہے کہ موجودہ دور میں اکثر والدین اپنی اولاد کی تربیت کے طریقوں سے واقف نہیں ہیں۔

حقیقت تو یہ ہے کہ بے شمار والدین اپنی اولاد کی تربیت کرنا

صرف یہ سمجھتے ہیں کہ انہیں کسی اچھے اسکول میں داخل کروادیں اور ان کا بیٹا یا بیٹی اچھی طرح انگلش بولنے لگے۔ بچے ٹیلی ویژن یا انٹرنیٹ پر کیا دیکھ رہے ہیں۔ کس قسم کے انگلش ناول پڑھ رہے ہیں، ٹی وی، نیٹ اور انگلش ناولوں سے بچوں کی شخصیت کیسی بن رہی ہے، اس بات سے بیشتر ماں باپ کو کوئی سروکار نہیں ہے۔ دکھ کی بات یہ ہے کہ اولاد کی صحیح تربیت کی طرف سے غفلت برتنے والے والدین کی تعداد میں روز بروز اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔

میں سوچتی ہوں کہ ہمارے ہاں کوئی ادارہ ایسا ہوتا چاہیے جو نوجوان شادی شدہ جوڑوں کو ان کی اولاد کی اچھی تربیت کے لیے تربیت (Train the trainers) کا فریضہ سرانجام دے، اگر ماں باپ کی اچھی تربیت ہو سکے تو آنے والی نسل کو اپنے گھر میں یقیناً ایک اچھی درس گاہ مل جائے گی۔

(شاذیہ نور۔ لاہور)

میر حسین صدیقی کے فرنگ نامہ کے ذریعے برطانیہ میں مقیم پاکستانیوں کے بارے میں بھی معلومات مل رہی ہیں۔ انہوں نے جہاں اس بات کا ذکر کیا ہے کہ برطانیہ میں مقیم مسلمانوں کی تعداد روز بروز بڑھ رہی ہے اور اس وجہ سے اب برطانیہ کا دوسرا بڑا مذہب اسلام ہے وہیں بعض ایسے واقعات بھی تحریر کئے ہیں جن کے ذریعہ یہ پتہ چلا کہ روشن مستقبل کے خواب سجائے برطانیہ جانے والے کئی پاکستانی نوجوانوں پر کیا گزر رہی ہے۔ کراچی کی ایک معروف یونیورسٹی سے انجینئرنگ کی ڈگری لینے والا برمنگھم میں سیکورٹی گارڈ کے فرائض سرانجام دے رہا ہے۔ اگست کے شمارے میں فرنگ نامہ میں کی گئی یہ فیصحت بہت قابل غور ہے کہ پاکستان میں کسی لڑکی کے لیے کسی ایسے نوجوان کا رشتہ آئے جو بیرون ملک مقیم ہو تو اچھی طرح چھان بین کر لیا کریں کہ واقعی وہ نوجوان ایسا

ہی ہے جیسا کہ بتایا گیا ہے۔

پاکستان سے لائے گئے بعض دلالوں کو برطانیہ میں اپنی بیوی اور ساس سسر کی طرف سے کتنے ”اچھے“ سلوک کا سامنا کرنا پڑتا ہے اس کی کچھ جھلک اگست کی قسط میں نظر آئی۔ میں ذاتی طور پر بھی ایسے بعض کیسز سے واقف ہوں جن میں پاکستان سے برطانیہ جانے والے بعض دلالوں کی خوب بے عزتی ہوئی اور وہ بے چارے صحیح معنوں میں کئی برسوں تک بیوی کے غلام بلکہ پورے سسرال کے غلام بن کر زندگی گزارتے رہے مگر خیر کسی معاملے کا صرف ایک پہلو ہی نہیں ہوتا، مختلف لوگوں کو مختلف حالات سے واسطہ پڑتا ہے۔

میر حسین صدیقی صاحب سے گزارش ہے کہ برطانیہ میں مقیم پاکستانیوں کے حالات کے مختلف زاویوں پر روشنی ڈالیں۔

(شریف احمد۔ جہلم)

روحانی ڈائجسٹ کی اکثر تحریریں بہت اچھی ہوتی ہیں مگر میں محترم خواجہ شمس الدین عظیمی کا تحریر کردہ صدائے جرس اور خطبات عظیمی بہت باقاعدگی سے پڑھتا ہوں۔ باباجی کا انداز بہت سادہ اور دل نشین ہے۔ وہ اپنی تحریروں میں عام لوگوں کے لیے بہت آسان انداز میں کوئی نہ کوئی سبق دیتے ہیں۔ باباجی کی تحریریں پڑھ کر اللہ سے محبت کا احساس بڑھ جاتا ہے۔

(سلیم احمد۔ حیدرآباد)

عقل حیران ہے.... سائنس خاموش ہے، اس سلسلہ وار مضامین میں اژان طشتریوں کے موضوع پر بات کی گئی۔ کیا اژان طشتریاں واقعی موجود ہیں یا یہ بھی کسی افسانے کا حصہ ہیں....؟

میر انجیل ہے کہ یہ اژان طشتریاں انسانی تخیل کی کار فرمائی ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ اس زمین پر یا زمین سے

لڑکیوں کے رشتوں میں مشکلات کے موضوع پر اگست کے شمارے میں کئی اچھی تحریریں شامل کی گئیں۔ ڈاکٹر شکیل اوج کی تحریر، پسند کی شادی، ایک سماجی ضرورت، نے فکر کے کئی دروا کر دیئے۔ آئیڈل رشتوں کا انتظار کب تک، جہیز ایک معاشرتی برائی اور دیگر تحریریں بھی خوب رہیں۔

تعلیم کے پھیلاؤ، کمپیوٹر اور انٹرنیٹ کی وجہ سے نئے نئے پیشے وجود میں آ رہے ہیں۔ اس دور میں نئے نئے مسائل بھی سامنے آ رہے ہیں۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ معاشرے کی اعلیٰ روایات کو برقرار رکھتے ہوئے جدید طرز معاشرت کو اختیار کیا جائے۔ ہمیں اپنے کئی نظریات پر بھی نظر ثانی کرنی ہوگی، مثلاً حصول تعلیم کے دوران چھڑی استاد کی و مڑی ماں باپ کی، یعنی استاد سبق یاد نہ کرنے پر اپنے شاگرد پر جتنا چاہے تشدد کر لے والدین کو کوئی اعتراض نہ ہو گا یا یہ کہ لڑکیاں تو بے زبان ہوتی ہیں جس کھونٹے سے باندھو خاموشی سے بندھ جاتی ہیں یعنی اپنی شادی کے معاملے میں لڑکی کی کوئی رائے نہیں ہوتی یا نہیں ہونی چاہیے۔ وہ تو بس اپنے والدین کے ہر فیصلے پر خاموشی سے عمل کرتی ہیں۔ لڑکیوں کی رائے جاننے اور ان کی خواہش کا احترام کرنے کے حوالے سے ڈاکٹر شکیل اوج کا مضمون ایک اچھی کاوش ہے۔

(ڈاکٹر سلمیٰ۔ کراچی)



خواتین کو ہر معاشرے میں صنف نازک کہا اور سمجھا جاتا ہے، دیکھا جائے تو یہ درست بھی ہے کہ جسمانی قوت کے اعتبار سے مرد بہر حال عورت سے زیادہ طاقتور ہے۔

سائنسی نقطہ نظر سے بھی دیکھا جائے تو مرد کے جسم میں 87 فیصد قوت ہوتی ہے اور باقی گوشت اور چربی۔ عورت میں قوت کا تناسب 54 فیصد ہے۔

انسانی خون میں

صنعتی لحاظ سے اتنا نمایاں فرق نہیں، پھر بھی مرد کے خون میں عورت کی نسبت سرخ ذرات دس فیصد زائد ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں مرد کے خون کا رنگ زیادہ سرخ ہوتا

بھیپھڑے چھوٹے

ہوتے ہیں۔ نتیجتاً اسے کم

آکسیجن کی ضرورت پڑتی ہے۔ عام حالات میں مرد کا دل

عورت کی نسبت فی منٹ دس مرتبہ کم دھڑکتا ہے۔ ایک

منٹ میں عورت مرد کے مقابلے میں زیادہ سانس لیتی

ہے۔ البتہ سخت کام کرتے ہوئے اس کا سانس جلد پھول

جاتا ہے۔ مرد جلد تھکاوت محسوس نہیں کرتا۔ اس

عورت صنف نازک تو ہے لیکن...

کے مقابلے میں عورت جلدی تھک جاتی ہے۔

ترقی پزیر ممالک کی یہ نسبت مغربی ممالک میں ملازم

پیشہ عورتوں کی تعداد زیادہ ہے لیکن ان کا کام دفتری



ہے۔ نیز ہیموگلوبین Hemoglobin کی مقدار بھی مرد میں عورت کی نسبت زیادہ ہوتی ہے۔ ہیموگلوبین خون کا ایک ضروری جزو ہے جو جسم میں آکسیجن کی گردش کو جاری رکھتا ہے۔ قدرت نے خون کے ان اجزاء کی کمی یوں پوری کی ہے کہ عورت کے جسم میں خون کی افزائش آسانی اور تیزی سے ہوتی ہے۔ مرد اور عورت کے لیے

خون کا وہ باؤ ناپنے والے گوشوارے مختلف ہوتے ہیں۔ مرد کا خون بھاری ہوتا ہے۔ اس میں آبی اجزاء کم ہوتے ہیں۔ عورت کا دل اور

افسانے، صحت مند زندگی، جسم کے عجائبات، عقل حیران ہے سائنس خاموش ہے، بہت پسند ہیں، اب کلر تھراپی پر بھی سلسلہ وار مضامین شائع ہو رہے ہیں۔ کلر تھراپی واقعی مؤثر طریقہ علاج ہے اس علاج سے استفادہ کرنا بہت آسان ہے، میری والدہ نے کئی مرتبہ ہمیں مختلف شکایات میں مختلف رنگوں کے اثرات والے پانی استعمال کرواتی ہیں اور ہمیں اس سے فائدہ بھی ہوا۔

(ناصر شفیق۔ فیصل آباد)

ماہنامہ ”روحانی ڈائجسٹ“ کی پرانی قاریہ ہوں۔ مگر ماہ جولائی کا شمارہ ہاتھوں میں ہے۔ بچوں کے ڈائجسٹ میں اپنی تحریر دیکھ کر خوشی ہوئی۔ تحریر شائع کرنے کا بہت شکریہ۔ ماہ جون میں بیٹی کی ہستی کو موضوع بنا کر بہت اچھی تحریریں اور جولائی میں اولاد کی تعلیم و تربیت والدین اور خاندان کی ذمہ داری ہے، بہترین موضوع کا انتخاب ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے ٹائٹل بھی خوب سے خوب تر ہوتے جارہے ہیں۔ مجھے کسی کو گفٹ دینا ہو تو روحانی ڈائجسٹ کا شمارہ ہی گفٹ کرتی ہوں۔

(ام عادل۔ کراچی)

حسن میں اضافے اور صحت اچھی رکھنے کے لیے یوگا سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ میں اس موضوع پر شائع ہونے والی تحریریں نہ صرف یوگا کے بارے میں لوگوں کی معلومات میں اضافے کا سبب بن رہی ہیں بلکہ یوگا کی ان آسان مشقوں سے کئی لوگ فائدہ بھی اٹھا رہے ہیں۔ میری بیٹی نے بھی روحانی ڈائجسٹ میں سے مضامین پڑھ کر یوگا کرنے کا ارادہ کیا، پھر وہ بازار سے دو اور کتابیں گھر لے آئی۔ اب تین ماہ سے وہ گھر پر باقاعدگی سے یوگا کر رہی ہے اور بہت خوش ہے۔

(شادیہ فرحت۔ کراچی)



باہر خلا میں ایسی کوئی مخلوق نہیں رہتی جو انسان سے زیادہ علم والی اور انسانوں سے زیادہ صلاحیت والی ہو۔ کیا پتہ کہ آنے والے دور میں یہ بات منکشف ہو کہ اڑان طشتریوں بھی سائنسدانوں کی یعنی انسانوں میں سے علم و ٹیکنالوجی میں زیادہ ماہر لوگوں کی تخلیق تھیں۔

(سرفراز احمد۔ کراچی)

بھرپور مسکراتے چہرے کے ساتھ شفیق و مہربان ہستی، اشرف باجی سے مراقبہ ہال میں کئی مرتبہ ملاقات ہوئی ہے۔ کئی سال پہلے اپنے ایک مسئلے پر باباجی سے ملنے میں مراقبہ ہال گئی تھی۔ وہاں مجھے بتایا گیا باباجی آج کراچی میں نہیں ہیں آپ اشرف باجی سے مل لیں۔ وہ اشرف باجی سے میری پہلی ملاقات تھی۔ اس کے بعد بھی کئی مرتبہ اپنی بیٹیوں کے ساتھ میرا ان سے ملنا ہوا۔ تین چار سال سے میں مراقبہ ہال نہیں گئی ہوں لیکن اشرف باجی کا ذکر ہمارے گھر میں اکثر ہوتا ہے۔

روحانی ڈائجسٹ میں اشرف باجی کی تحریر اور تصویر دیکھ کر بہت خوشی ہوئی ہے۔ امید ہے کہ اشرف باجی ٹوٹکوں کے ساتھ ساتھ اپنی کچھ اور تحریروں سے بھی ہمیں نوازیں گی۔ اللہ انہیں سلامت رکھے۔ بہت محبت والی اور دعائیں دینے والی ہستی ہیں۔ ان کی دعاؤں سے میرے بہت سے کام بنے ہیں۔

(نسیر سلطان۔ کراچی)

انتہائی پر تجسس کہانی آگیا ہسپتال میں دلچسپی ماہ بہ ماہ بڑھتی جا رہی ہے۔ ایک انوکھی سیریز بہت اچھے انداز میں لکھی گئی ہے، مجھ سمیت کئی قارئین کی خواہش ہے کہ آگیا ہسپتال کے صفحات میں اضافہ کیا جائے۔ مگر اگست کے شمارے میں تو آگیا ہسپتال بہت کم صفحات میں شائع ہوئی۔

(جاوید بٹ۔ لاہور)

مجھے روحانی ڈائجسٹ میں آگیا ہسپتال، نوشاد کاظمی کے

نوعیت کا ہے۔ وہ فائل کلرک، ٹائپسٹ، شیو گرافر، سیکریٹری کے فرائض انجام دینا پسند کرتی ہیں یا دکانوں پر سیلز گرلز کا کام کرتی ہیں۔

زیادہ محنت طلب کام ان کی حیاتیاتی بناوٹ سے مطابقت نہیں رکھتا۔ چنانچہ وہ کارخانوں میں بھاری مشینوں پر ملازمت نہیں کرتیں۔

خواتین کو درد اور تکلیف کا احساس مردوں کے مقابلے میں کہیں زیادہ ہوتا ہے۔ اس کی وجہ ان کا قدرتی نظام ہے۔ مثال کے طور پر خواتین کے چہرے کی جلد میں فی مربع سینٹی میٹر محسوس کرنے والے اعصاب 34 ہوتے ہیں جبکہ مردوں میں یہ تعداد صرف 17 ہے۔ خواتین درد، گرمی اور سردی جلد محسوس کرتی ہیں۔ عورت مرد کی نسبت جذبات کی رو میں جلد بہہ جاتی ہے۔ کوئی درد ناک واقعہ یا جسمانی تکلیف اسے بے قرار کر دیتی ہے۔ وہ دوسروں کی تکلیف کو فوری محسوس کرتی ہے۔ جس کی وجہ ان کے اندر محبت و شفقت، خلوص، ہمدردی کے جذبات کا زیادہ ہونا ہے۔

مزاج کے حساب سے اس میں نرمی، دھیما پن، شرم و حیا، محبت و اخوت، لطف و کرم اور جذباتیت مردوں سے زیادہ ہے۔

اُس کی باتوں میں محبت و شفقت، پیار، نرمی برداشت ہوتی ہے۔ لیکن عورت کا نازک ہونا کسی طور پر اس کی کمزوری یا نقص نہیں ہے، بلکہ یہ فطرت کی ایک ضرورت کی تکمیل یا قدرت کے منصوبہ کا ایک حصہ ہے۔

دوسری جانب دیکھا جائے تو بعض معاملات میں عورت مردوں سے کم نہیں.... ساخت، ہیئت اور ذہانت کے اعتبار سے عورت میں بلاشبہ بہت سی خوبیاں ہیں اور بعض معاملات میں وہ مرد سے آگے نظر آتی ہے۔

مثال کے طور پر ایک تازہ ترین سائنسی تحقیق سے

معلوم ہوا ہے کہ بیماریوں اور انفیکشنز کے خلاف جنگ میں یہی ”صنف نازک“ ”صنف کرخت“ یعنی مردوں سے کہیں زیادہ طاقتور ہے۔ انسانی جسم میں موجود مدافعتی نظام مردوں کے مقابلے میں خواتین میں زیادہ توانا ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خواتین جراثیم و وائرس کا مرد کی نسبت آسانی سے مقابلہ کر لیتی ہیں۔ سائنسدانوں کے مطابق خواتین کے زیادہ طاقتور مدافعتی نظام کی وجہ دونوں صنفوں کے درمیان ایک اہم حیاتیاتی فرق ہے۔ خواتین میں مادہ X کروموسوم، کی ایک اضافی نقل ہوتی ہے جبکہ مردوں میں صرف ایک اور وہ بھی بہت چھوٹا Y کروموسوم ہوتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ خواتین کی ان سالموں تک رسائی زیادہ ہوتی ہے جن کو Micro RNAs کہتے ہیں اور یہ ایکس کروموسوم میں پوشیدہ طور پر شامل ہوتے ہیں۔ Ribonucleic Acid کی یہی چھوٹی لڑیاں بیماریوں کے خلاف جسمانی مدافعتی نظام کو فعال رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔

بلیسیم کی گینٹ یونیورسٹی کے ڈاکٹر کلاؤڈ لیپرٹ نے اس ریسرچ کی قیادت کی اور ایکس کروموسومز میں پائے جانے والے تمام Micro RNAs کا تفصیلی نقشہ تیار کیا، جو مدافعتی نظام اور کینسر میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ انسانوں کی طرح دیگر ممالیہ جانداروں میں بھی یہی دیکھا گیا ہے کہ مادہ، نر کے مقابلے میں زیادہ عرصے زندہ رہتی ہے۔

انسانوں میں بھی خواتین خرابی خون سے پیدا ہونے والی بیماریوں، انفیکشن اور دیگر صدمات کا زیادہ پامردی سے مقابلہ کرتی ہیں۔

نورٹھ یونیورسٹی کی ڈاکٹر ایللی نورفش نے بھی کئی تجربات کے نتائج دیکھتے ہوئے کہا ہے کہ Micro RNA's سالے ان پروٹینز کو جسمانی ضرورت کے مطابق

رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں جو خلیات کی افزائش، کینسر اور مدافعتی نظام کے حوالے سے اہم ہیں۔ یہ سالے ان پروٹینز کی مقدار گھٹاتے ہیں جو کینسر کے فروغ کا سبب بنتے ہیں اور ایسے پروٹینز کی مقدار بڑھاتے ہیں جو کینسر سے بچاتے ہیں۔

انہوں نے وضاحت کرتے ہوئے بتایا کہ حیاتیاتی نقطہ نظر سے خواتین اور مردوں کے جینیاتی خاکے میں اس فرق کی وجہ غالباً یہ ہے کہ خواتین پر قدرت نے انسانی نسل کا سلسلہ جاری رکھنے کی زیادہ ذمہ داری ڈالی گئی ہے۔ قدرت نے عورت کو اس قابل بنایا ہے کہ جب وہ امید سے ہوں یا بچوں کو دودھ پلا رہی ہوں تو اس دوران انفیکشن کا بہتر طریقے سے مقابلہ کر سکیں۔

ڈاکٹر ایللی نے کہا کہ انسانی نسل کو جاری رکھنے کے لیے مردوں کی نسبت خواتین کی جسمانی ذمہ داریاں کہیں زیادہ ہیں اور شاید اسی وجہ سے قدرت نے خواتین کا مدافعتی نظام زیادہ طاقتور بنایا ہے۔

ایک حالیہ تحقیق سے پتا چلا ہے کہ کسی گہرے اور شدید زخم کی صورت میں خواتین کے زندہ بچنے کا امکان مردوں کے مقابلے میں 14 فی صد زیادہ ہوتا ہے۔ امریکہ کی جان ہاپکینز یونیورسٹی کے سکول آف میڈیسن میں سرجری کے پروفیسر ڈاکٹر عادل حیدر کہتے ہیں کہ اکثر لوگوں کا خیال ہے کہ عورتیں نازک اور کمزور ہوتی ہیں، مگر جہاں تک گہرے زخموں اور شدید چوٹوں کا تعلق ہے تو ان میں زندہ بچنے کی صلاحیت مردوں کی نسبت زیادہ ہوتی ہے۔ عورت میں موت کے خلاف مزاحمت کا ایک مضبوط قدرتی نظام موجود ہوتا ہے۔ جس کی وجہ یہ ہے کہ انہیں بچوں کو جنم دینا اور ان کی پرورش کرنا ہوتی ہے۔ جب کہ قدرت نے مردوں کو اس کام کے لیے نہیں بنایا۔

وہ کہتے ہیں کہ خواتین میں زخموں کے موثر اور بہتر

طور پر مقابلہ کرنے کی صلاحیت، ان میں موجود ایک خاص ہارمون کے باعث ہوتی ہے جسے ایسٹروجن کہتے ہیں۔ ہنگامی صورت حال میں یہ ہارمون ان کے دفاعی نظام کو مضبوط بنانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ امکانی طور پر اسی ہارمون کی وجہ سے ہی خواتین میں بیماریوں کے خلاف مزاحمت کا نظام زیادہ مضبوط ہوتا ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ زخموں کی شدت کا مقابلہ کرنے میں دیگر عوامل کا عمل دخل بھی ہو سکتا ہے، لیکن تحقیق سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اس سلسلے میں اہم کردار جنس سے متعلق نسوانی ہارمون کا ہے۔

مرد کو عورت کے مقابلے میں معدے کا سرطان زیادہ ہوتا ہے۔

عورت کے جسم میں ایسے عناصر ہیں جو زہریلے اور ضرر رساں مادوں کا مقابلہ کرتے ہیں۔ اس طرح اس کا معدہ سرطان سے نسبتاً محفوظ رہتا ہے۔

سب سے اہم بات یہ کہ لڑکے کے مقابلے میں لڑکی کے بدن کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ اس تناسب سے اس کا وزن بڑھتا ہے۔ چربی اور فالتو گوشت کی مقدار عورت کے بدن میں زیادہ ہوتی ہے اور برابر بڑھتی رہتی ہے۔ اس میں قدرت کی یہ مصلحت ہے کہ رحم مادر میں بچہ آسانی سے پروان چڑھ سکے۔ یہاں یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ عورت کا جسم اس دور میں بھی کیوں فربہ ہوتا ہے جب وہ اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں رہتی۔ اس کا ایک جواب تو یہ ہے کہ طبی تحقیق کے مطابق عورت کا معدہ بڑا ہوتا ہے۔ وہ خوراک جلدی اور آسانی سے ہضم کرتی ہے چنانچہ اسے بھوک زیادہ لگتی ہے۔ بسیار خوری اسے موٹاپے کی طرف لے جاتی ہے۔ دوسری وجہ یہ ہے کہ آخر عمر میں عورت کے جسم میں وہ اجزاء جو پہلے تک بچوں کی افزائش پر خرچ ہوتے تھے، بیکار ہو کر گوشت میں

شامل ہو جاتے ہیں اور جسم کو موٹا کر دیتے ہیں۔

لہذا مساوی تھوڑی سی جسمانی ساخت میں فرق کے، مرد اور عورت ایک ہی جیسے ہیں۔ دونوں میں دماغ اور اس کے کام کرنے کا طریقہ کار بھی ایک ہی ہے۔ سائنسی تحقیق ذہانت اور عقل کے حوالے سے مرد و عورت میں کوئی خاص فرق نہیں بیان کرتی۔ البتہ تعلیم و تربیت اور ماحول کے انسانوں پر اثرات کا بتلاتی ہے اور اسی وجہ سے کسی کی ذہانت اور عقل میں فرق آسکتا ہے۔ جیسے خاندان یا ماحول کسی بھی انسان پر بلا تفریق مرد و عورت اثر انداز ہوتا ہے اور یہ اثرات نہ صرف جسمانی بلکہ دماغی بھی ہوتے ہیں تو ایسی صورت میں جیسے ایک مرد کا آئی کیو دوسرے مرد سے مختلف ہو سکتا ہے ایسے ہی عورت کے آئی کیو میں فرق ہو سکتا ہے لیکن یہ کہنا کہ تخلیقی طور پر دونوں جنس عقل و شعور میں فرق رکھتی ہیں سائنسی نقطہ نظر سے درست نہیں ہو گا۔

مرد اور عورتوں میں کوئی عقلی فرق ہو یا نہ ہو مگر اس بات سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ ان دونوں جنسوں کے درمیان جسمانی اور نفسیاتی دونوں اعتبار سے فرق ضرور ہیں۔ کیونکہ عورت کو قدرت کی طرف سے انسانی نسل کی تخلیق کی ذمہ داری ملی ہے اور بچوں کی تربیت کا اہم کام اس کی آغوش میں انجام پاتا ہے، اس لئے جس طرح اس کا جسم ایسے بنا ہے کہ وہ بعد کی نسل کو اٹھائے اور اس کی پرورش کر سکے اسی طرح نفسیاتی اعتبار سے بھی احساسات، جذبات اور تدریج میں اس کا حصہ زیادہ ہے۔ لہذا ماں کی حیثیت سے، تربیت اولاد، گھر میں مہر و محبت کی تقسیم بھی عورت ہی کے سپرد کی گئی ہے۔

اگرچہ مرد و زنان میں انسانی اقدار کے لحاظ سے کوئی فرق نہیں ہے لیکن اپنے صنفی تقاضوں کے اعتبار سے دونوں الگ الگ طرح سے عمل کرتے ہیں۔ گھر سے

عورت کی محبت اور گھرانے سے اس کا لگاؤ لا شعوری طور پر مرد سے زیادہ ہوتا ہے۔ اس طرح مرد کا ذہن عملی نوعیت کا ہوتا ہے۔ وہ حقیقت کی دنیا میں رہ کر سوچتا ہے اور محسوس نتائج پر آمد کرتا ہے لیکن عورت تجریدی سوچ کی عادی ہے۔ تکنیکی نتائج سامنے لاتی ہے۔ محسوس فکر عموماً اس کے بس کی بات نہیں ہوتی۔ اسی لیے اگر آپ کو انکم ٹیکس رپورٹ کی ضرورت پڑے یا مکان کی تعمیر کا معاملہ ہو تو مرد کی خدمات حاصل کیجیے۔ لیکن شادی کے لیے سامان کی فہرست درکار ہو یا کپڑوں کے رنگ اور زیور کی ساخت کے بارے میں معلومات حاصل کرنا چاہیں تو عورت سے کہیے۔ عورتیں مردوں کی نسبت تعلق اور رشتوں، رسم و رواج کو زیادہ بہتر جانتی اور نبھاتی ہیں۔

عورتیں دوسرے لوگوں اور ماحول سے زیادہ ربط رکھنا پسند کرتی ہیں اور ان کی شخصیت کا سماجی پہلو مردوں کی نسبت کہیں مضبوط ہوتا ہے۔ وہ زیادہ آسانی سے چہرے کے تاثرات کو پہچان لیتی ہیں اور دوسروں کی ذہنی کیفیات کو مردوں کی نسبت زیادہ بہتر طریقے سے سمجھ سکتی ہیں۔ انسانی سماجیات میں اظہار کا سب سے اہم ذریعہ زبان ہے، اس لیے عورتیں زبان کے معاملے میں بھی مردوں سے کہیں آگے ہوتی ہیں۔

اس کا ثبوت یہ ہے کہ تحقیق کے مطابق لڑکیاں لڑکوں کی نسبت زیادہ جلدی بولنا شروع کر دیتی ہیں، اور زندگی کے دوسرے برس میں ان کا ذخیرہ الفاظ اپنے ہم عمر لڑکوں سے کہیں وسیع ہوتا ہے۔

ہمارے اس مضمون یا اوپر بیان کیے گئے نکات سے مراد یہ ثابت کرنا ہرگز نہیں کہ عورتیں مردوں کے مقابلے میں ہر لحاظ سے بہتر ہیں، لیکن عورتوں کو ہر معاملے میں ناقص قرار دینے کی روش غلط ہے۔

قدرت نے عورت اور مرد کے فرائض کو یوں تقسیم

کیا ہے جیسے کوئی شخص بہت خوبصورت باغ لگائے اور وہاں دو طرح کے لوگوں کی ڈیوٹی لگائے۔ ایک فرد جو نکڑا اور مضبوط ہو جو باغ کی حفاظت کرے۔ کسی جانور یا ناپسندیدہ شے کو جو اس باغ کو اجاڑنے یا خراب کرنے کا سبب بنتی ہے قریب نہ آنے دے۔ اس کی باڑ لگائے اس کے لئے کھاد ڈھوئے۔ اس کے لئے پانی کی نالی کھودے۔ دوسرا فرد اس باغ کے اندرونی کام کے لئے جو قوت و طاقت میں پیشک اس باہر والے سے کمزور ہو لیکن محبت و شفقت میں اس سے بڑھ کر ہو۔ جو چھوٹے چھوٹے پودوں کی نگہداشت کرے۔ ایک ایک کٹی کو دیکھے ایک ایک پھول کا احساس رکھے ایک ایک پھونٹے ہوئے شگوفے کا شعور رکھتا ہو اور ہر ایک کو نرمی، محبت، پیار اور تحفظ دے۔ باہر سے آیا ہوا پانی اس طرح تقسیم نہ کرے کہ آدھے پودے پانی میں غرق ہو جائیں اور آدھے پانی کی قلت سے مر جائیں۔ نازک اور حساس ترین کام اندر رہ کر فرائض سرانجام دینے والے فرد کا ہے اور یہ کام اللہ نے عورت کے سپرد فرمایا ہے۔

نہ صرف پودوں اور لونہالوں کی بلکہ انسانی باغیچے اور انسانی گلشن میں جو لونہال پلتے اور پھولتے ہیں ان کی تربیت، ان کا دیکھنا بھالنا، ان کی پرورش، ان کا سنبھالنا یہ خاتون کی ذمہ داری ہے۔ اس کی باتوں میں رحمت، محبت و شفقت، پیار، نرمی برداشت ہوتی ہے لہذا نازک ہوتی ہے۔ باہر سے روزی کما کے لانا، بچوں کے تحفظ کا خیال رکھنا یہ مرد کی ذمہ داری ہے یعنی محنت اور سختی کا کام مرد کے ذمہ لگایا گیا ہے اس لئے اس کے مزاج میں سختی ہے اس کی گفتگو میں بھی سختی ہوتی ہے۔

قدرت نے مرد اور عورت کو الگ الگ فرائض دیے ہیں۔ نہ یہ مرد کی شان میں گستاخی ہے اور نہ عورت سے بے ادبی نہ یہ مرد کے حقوق کو کم کرنا ہے اور نہ عورت

کے حقوق کی پامالی ہے بلکہ یہ ان کی فطرت و طبیعت کو صحیح زاویے سے دیکھنا ہے۔

مرد اور عورت اللہ کی ایک ایسی مخلوق ہے جو ایک دوسرے سے منفرد اور مختلف ہونے کے ساتھ ساتھ ایک مکمل تخلیق ہے۔ اگرچہ ان دونوں کے درمیان جسمانی، اور دیگر اختلافات موجود ہیں مگر کسی کو بھی تخلیقی اعتبار سے ناقص قرار نہیں دیا جاسکتا۔

یہ حقیقت ہے کہ مرد جسمانی طور پر عورت سے مختلف واقع ہوا ہے۔ کیونکہ وہ کم از کم جسمانی لحاظ سے زیادہ طاقتور واقع ہوا ہے لیکن اس کا تعلق حقوق سے نہیں بلکہ اسے ملنے والی ذمہ داری اور فرائض سے ہے۔ مرد کو ملنے والا یہ درجہ نہ عورت کے حقوق میں کمی کا باعث بنا ہے اور نہ ہی اس کی اہمیت گھٹاتا ہے۔ بعض معاملات میں مرد برتر ہے اور بعض میں عورت۔ لیکن مجموعی طور پر دونوں میں برابری ہے۔

خواتین جو کہ انسانی آبادی کا نصف حصہ ہیں انہیں عمومی طور پر صنف نازک کہا اور سمجھا جاتا ہے۔

آج دنیا کی آدھی آبادی عورتوں پر مشتمل ہے۔ دنیا میں انسانی زندگی کا دار و مدار جتنا مردوں پر ہے اتنا ہے عورتوں پر بھی ہے جبکہ فطری طور پر عورتیں خلقت کے انتہائی اہم امور سنبھال رہی ہیں۔ خلقت کے بنیادی امور جیسے عمل پیدا کس اور تربیت اولاد عورتوں کے ہاتھ میں ہے۔ خواتین نہ صرف ہر شعبے میں اپنی صلاحیتیں منوار رہی ہیں بلکہ معاشی اور اقتصادی ترقی میں بھی اہم کردار ادا کر رہی ہیں۔ سیاست سے لے کر زراعت تک، بینکنگ سے لے کر انفارمیشن ٹیکنالوجی تک، فلم میکنگ سے لے کر سماجی سرگرمیوں تک... خواتین کہاں نہیں ہیں، آج عورت فیکٹریوں، دفاتروں، ہسپتالوں اور ہر قسم کے نجی اداروں حتیٰ کہ ذکاؤں، پٹرول پیپوں اور سڑکوں پر پولیس

وردی میں نظر آتی ہے۔

کو کمتر اور حقیر نہ سمجھتے ہوئے پورے اعتماد کے ساتھ قدرت کی دی ہوئی صلاحیتوں کو استعمال کرے اور بحیثیت ماں اپنی اولاد کی اچھی تربیت کرے اور معاشرے کو اچھے شہری فراہم کرنے میں اپنا کردار ٹھیک طرح ادا کرے۔



ایک بین الاقوامی ادارے کے سروے کے مطابق ہمارے معاشرے میں محدود وسائل کے باوجود خواتین نے مردوں کے شانہ بشانہ ہر شعبے میں خود کو منوایا، کسی بھی شعبے میں وہ مردوں سے پیچھے نہیں۔ یوں پاکستان میں محنت کش خواتین کی تعداد مردوں کے مقابلے میں کافی کم ہے جو کہ اندازاً پوری آبادی کا 22 فیصد ہے۔ جو صرف دفتروں میں کلرک، ٹائپسٹ، سیکریٹری اور سیلر گریڈ کے فرائض ہی انجام نہیں دے رہیں بلکہ اینٹوں کے بھٹ پر اور مکانات اور سڑکوں کی تعمیر جیسے سخت اور مشقت بھرے کاموں کو بھی کرتی نظر آتی ہیں۔ محنت کش خواتین میں 80 فیصد خواتین کا تعلق زراعت کے شعبے سے ہے، دیہاتوں میں خواتین ناصرف گھروں میں بچوں کی پرورش اور گھر کا نظام سنبھالتی ہیں بلکہ گھر کے باہر مردوں کا ہاتھ بھی بٹاتی ہیں۔ خواتین صبح سے شام تک کھیتوں میں اور پھر گھر پر کام کرتی ہیں، لیکن اس زراعت کے ساتھ ساتھ روزمرہ کے گھریلو کام کاج میں صرف ہونے والی خواتین محنت کو پیداواری محنت خیال ہی نہیں کیا جاتا۔ کیونکہ اس نظام میں وہ محنت شمار نہیں کی جاتی جو بلا واسطہ روپے کی صورت میں کوئی منافع پیدا نہ کر رہی ہو۔ عورت اور مرد مل کر معاشرہ تخلیق کرتے ہیں، عورت کو بھی وہی انسانی حقوق حاصل ہیں جو مرد کو لیکن دونوں کا دائرہ عمل الگ الگ ہے دونوں اپنی اپنی استعداد کے مطابق ایک دوسرے کے ساتھ تعاون کر کے معاشرے کی خدمت انجام دے سکتے ہیں۔ امور زندگی کے ترازو میں یہ دونوں پلڑے برابر ہیں۔

ہم سب کو چاہیے کہ وہ قدرت کے اس منصوبہ کو سمجھیں اور عورتوں کو معاشرے میں اپنا کردار ادا کرنے میں بھرپور تعاون اور مدد کریں۔ دوسری جانب عورت اپنے آپ

معروف اسکالر ڈاکٹر فریدہ احمد صدیقی انتقال کر گئیں

معروف اسکالر اور سابق رکن قومی اسمبلی ڈاکٹر فریدہ احمد صدیقی طویل علالت کے بعد انتقال کر گئیں۔

إِنَّا لِلّٰہِ وَإِنَّا إِلَیْہِ رَاجِعُونَ

معروف عالم دین عبدالعلیم صدیقی کی صاحبزادی اور جمعیت علمائے پاکستان کے سابق سربراہ مولانا شاہ احمد نورانی (مرحوم) کی ہمیشہ ڈاکٹر فریدہ 28 جون 1935ء کو بھارت کے شہر میرٹھ میں پیدا ہوئیں، انھوں نے 1958 میں پوسٹ گریجویٹ کیا، مختلف اسلامی اور تعلیمی اداروں سے وابستہ رہیں۔ انھوں نے مختلف ممالک کے دورے کیے اور 2002ء کے عام انتخابات میں قومی اسمبلی کی رکن منتخب ہوئیں، وہ اسلامی نظریاتی کونسل کی رکن بھی تھیں، بین الاقوامی مشن نامی تنظیم کی روح رواں تھیں اور قاضی سرگرمیوں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیتی تھیں۔

ڈاکٹر فریدہ احمد صدیقی کے سوگواروں میں شریک حیات سابق رکن اسمبلی محمد احمد صدیقی، 2 صاحبزادے اور ایک صاحبزادی اور متعدد عقیدت مند شامل ہیں۔

ڈاکٹر فریدہ احمد صدیقی کی عملی زندگی اور جدوجہد پاکستانی خواتین کے لیے مشعل راہ کی حیثیت رکھتی ہے، اور آپ کی خدمات ہمیشہ یاد رکھی جائیں گی۔

اگر مجھ سے کوئی

رشتوں میں تاحید

اور معاشی ترقی کے دور

پوچھے کہ اس وقت پاکستانی

معاشرے کے بڑے بڑے مسائل کیا ہیں تو میں کہوں گا کہ پہلا مسئلہ غربت، دوسرا تعلیم کی کمی اور شاید بعض لوگوں کو مسائل کی نشاندہی کے لیے میری اس ترتیب پر

کچھ اچھٹا ہو کیونکہ میری نظر میں تیسرا سب سے بڑا مسئلہ ہے لڑکیوں کے رشتوں میں تاخیر

ادارہ

ملک کے طول و عرض میں پھیلی ہوئی غربت کئی محرومیوں کا سبب بن رہی ہے۔ غربت کی وجہ سے جرائم میں بھی تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔

تعلیم کی کمی کی وجہ سے ہماری قوم سماجی ارتقاء میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔

شادی بیاہ کے حوالے سے ہمارے ہاں کئی تصورات اور نظریات عام ہیں۔

عوام الناس میں کچھ اس طرح کی باتیں بہت زیادہ مشہور ہیں کہ شادی بیاہ مقدر کا کھیل ہے۔ جوڑے آسمانوں میں ہی بن جاتے ہیں۔ ان باتوں سے ایک تاثر یہ بھی جتا ہے کہ لڑکے اور لڑکی کے جوڑے بننے میں انسان کی خواہش اور کوشش کا دخل نہیں۔ یہ فیصلے آسمانوں میں تو پہلے ہی ہو چکے ہیں۔

پاکستان میں شادی کے انتظار میں والدین کے گھر بیٹھی لڑکیوں کی تعداد میں اضافہ ہو جا رہا ہے۔ رشتوں کی منظر

لڑکیوں کی ایک بڑی بہت تعداد تیس سال سے زیادہ کی ہو چکی ہے۔ والدین کے گھر بیٹھی چالیس سال

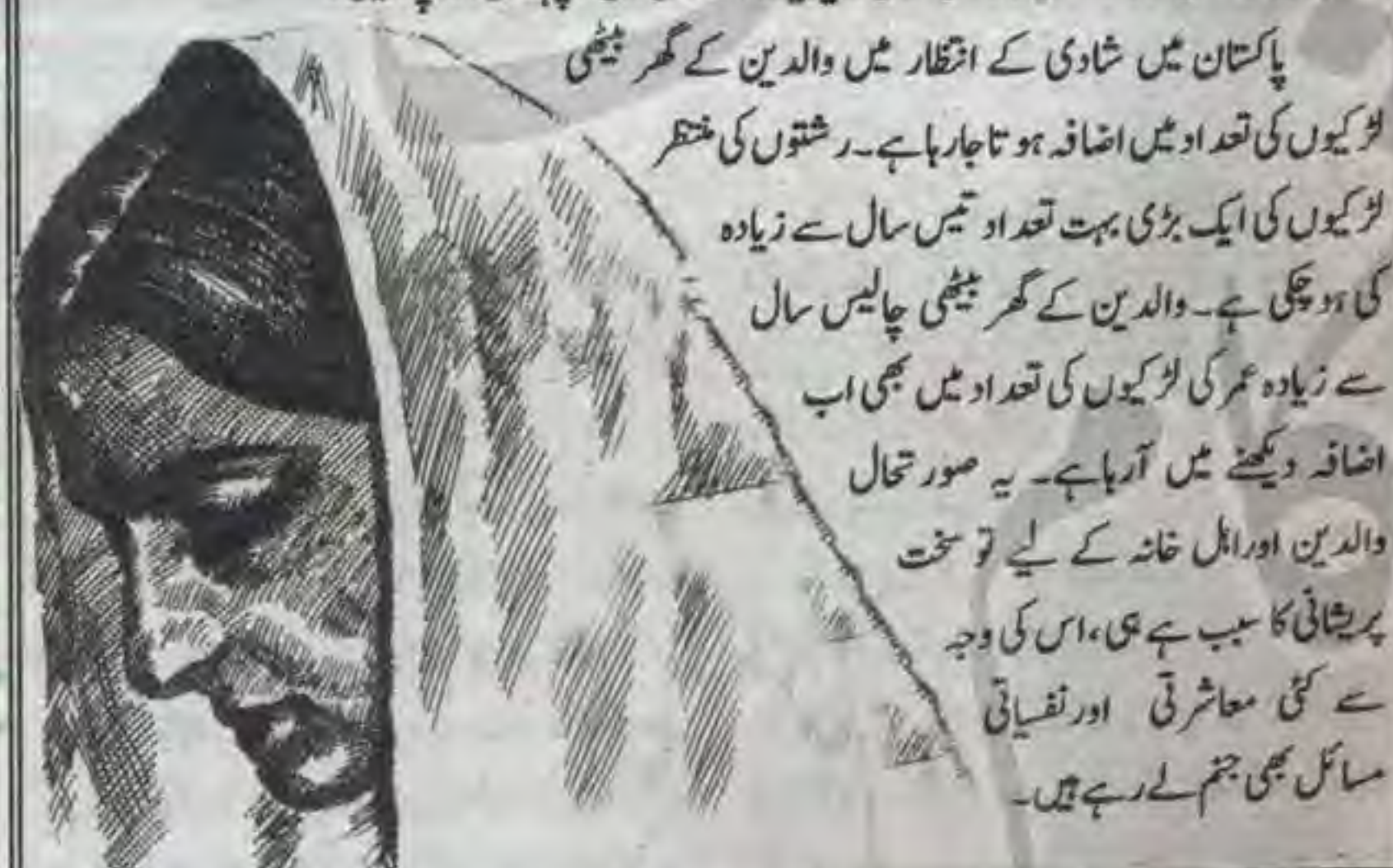
سے زیادہ عمر کی لڑکیوں کی تعداد میں بھی اب اضافہ دیکھنے میں آ رہا ہے۔ یہ صورتحال

والدین اور اہل خانہ کے لیے تو سخت پریشانی کا سبب ہے ہی، اس کی وجہ سے کئی معاشرتی اور نفسیاتی

مسائل بھی جنم لے رہے ہیں۔

شادی بیاہ کے حوالے سے ہمارے ہاں کئی تصورات اور نظریات عام ہیں۔

عوام الناس میں کچھ اس طرح کی باتیں بہت زیادہ مشہور ہیں کہ شادی بیاہ مقدر کا کھیل ہے۔ جوڑے آسمانوں میں ہی بن جاتے ہیں۔ ان باتوں سے ایک تاثر یہ بھی جتا ہے کہ لڑکے اور لڑکی کے جوڑے بننے میں انسان کی خواہش اور کوشش کا دخل نہیں۔ یہ فیصلے آسمانوں میں تو پہلے ہی ہو چکے ہیں۔



ملک مقیم کئی پاکستانی خاندان بھی بیٹیوں کے بروقت رشتے نہ ہونے پر سخت فکر مندی اور پریشانی کے عالم میں ہیں۔

ایک مسلمان روایتی معاشرے میں ایسے مسائل نے سر کیونکر اٹھایا چند دہائیوں پہلے جن کا تصور تک نہ تھا۔

آئیے....! یہاں چند وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں۔

پاکستانی معاشرے کو درپیش کئی نئے مسائل خصوصاً رشتے نامٹے، شادی بیاہ اور خاندانی تعلقات پر اثر انداز ہونے والے مسائل کی وجوہات میں سرفہرست معاشی دباؤ ہے۔

ساتھ سال پہلے حالات کچھ اور تھے لیکن موجودہ دور میں لڑکے کی شادی کے لیے ضروری ہے کہ وہ معاشی طور پر خود کفیل ہو۔ معاشی طور پر لڑکے کی خود انحصاری یعنی اپنے پاؤں پر کھڑا ہونے میں جتنی تاخیر ہوگی اس کی شادی میں بھی اتنی ہی تاخیر ہوتی جائے گی۔ روزگار کے لیے مردوں کے بیرون ملک جانے کے رجحان نے بھی رشتوں کے بحران میں اضافہ کیا ہے۔

حسن و جمال کے حوالے سے لڑکے والوں کے معیار میں اضافے اور جیمز کالاج جیسے عوامل بھی کئی لڑکیوں کے ہاتھ پہلے ہونے میں رکاوٹ بن رہے ہیں۔

اوپر تلے بھائی بہن ہوں تو پہلے لڑکی کی شادی کو ترجیح دیتا ہمارے معاشرے کا ایک عام رجحان ہے۔ اس رجحان کے باعث بھی کئی گھرانوں میں لڑکیوں کی شادی میں تاخیر ہو جاتی ہے۔

فرض کیجئے کہ کسی گھر میں دو بھائیوں کے بعد ایک بہن ہے۔ اس لڑکی کے والدین اور بڑے بھائی سب ہی یہ چاہیں گے کہ پہلے بیٹی / بہن کی شادی ہو جائے۔

اب دیکھئے.... اس بہن کی وجہ سے دو بھائی شادی نہیں کر رہے تو ان لڑکوں کی جہاں شادی ہونی ہے وہاں بھی دو لڑکیاں انتظار میں ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ ان دو لڑکیوں

کے ہاں بھی ایک ایک دو دو یا تین تین بھائی اس بہن کی وجہ سے اپنی شادی نہ کر رہے ہوں۔ اس طرح ایک اچھا رجحان یا رواج بھی بہت بڑی تعداد میں کہیں نہ کہیں لڑکیوں کی شادی میں تاخیر کا سبب بن رہا ہے۔

گزشتہ بیس پچیس برسوں میں لڑکیوں کی بڑی تعداد اعلیٰ تعلیم کے حصول میں بھی آگے آئی ہے۔ لڑکیوں کا تعلیم حاصل کرنا بہت اچھی بات ہے لیکن بہت بڑی تعداد میں لڑکیوں کی اعلیٰ تعلیم حاصل کرتے رہنے کی بڑی وجہ شادی ہونے تک گھر بیٹھے رہنے کے بجائے تعلیمی اداروں میں جا کر ڈگری حاصل کرنے کا رجحان ہے.... لڑکیوں کی ایک بڑی تعداد صرف اس لیے ڈگری کا لجز یا یونیورسٹیز میں پڑھ رہی ہے کہ ابھی ان کی شادی نہیں ہوئی۔ اگر میٹرک یا انٹر کے بعد ان کے لیے مناسب رشتے آتے تو شاید کئی والدین محض لڑکی کی تعلیم کی خاطر ان رشتوں کو انتظار کا نہ کہتے۔

لڑکیوں کی اعلیٰ تعلیم حاصل کرتے رہنے کی وجہ کچھ بھی ہو، بہر حال یہ ایک اچھا کام بھی بعض جگہ لڑکیوں کی شادی میں تاخیر کا سبب بنا ہے۔

وہ کیسے....؟
عام طور پر لڑکیاں چاہتی ہیں کہ ان کا جیون ساتھی قد کاٹھ میں مالی پوزیشن میں، تعلیم میں ان سے زیادہ ہو۔ اب سائنس گریجویٹ یا ماسٹر لڑکی کے لیے انٹر پاس لڑکے کا رشتہ آئے تو عام طور پر ایک لڑکی بہت خوش دلی سے اس رشتے پر تیار نہ ہوگی۔

لڑکی چاہے گی کہ لڑکا اس سے زیادہ تعلیم یافتہ نہیں تو کم از کم اس کے برابر کا تعلیم یافتہ ہو۔

اعلیٰ تعلیم یافتہ لڑکیوں کی یہ سوچ بھی کئی گھرانوں میں لڑکیوں کی شادی میں تاخیر کا سبب بنتی ہے۔ یہی صورت حال عام ملازمت کرنے والی کئی خواتین یا

پروفیشنلز خواتین کے ساتھ بھی دیکھی گئی ہے۔
لڑکی چاہتی ہے کہ اس کا ہونے والا شوہر اس سے بڑے عہدے پر یا اس کے برابر عہدے پر ہو۔ اسی طرح تنخواہ کا معاملہ ہے۔ لڑکی چاہے گی کہ اس کے شوہر کی تنخواہ اس سے زیادہ یا اس کے برابر ہو۔

فرض کریں کہ ایک بی اے پاس لڑکی کی تنخواہ پچیس ہزار روپے ماہانہ ہے۔ اس لڑکی کے لیے ایک ایسے لڑکے کا رشتہ آتا ہے جس کی تعلیم میٹرک یا انٹر ہو اور اس کی تنخواہ پندرہ ہزار ہو تو ایسا رشتہ لڑکی کے لیے کوئی بہت زیادہ خوشی کیا سبب نہ بنے گا۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ لڑکی بہتر رشتوں کی توقع میں اس رشتے سے انکار کر دے۔

لڑکا تعلیم اور سیکری میں لڑکی کے برابر یا اس سے برتر ہو.... اکثر لڑکیوں کی یہ سوچ بھی کئی گھرانوں میں رشتوں میں تاخیر کا سبب بن رہی ہے۔

بعض خاندانوں اور برادریوں میں خاندان سے باہر یا برادری سے باہر رشتے کرنے کا رواج نہیں ہے۔ اب اگر اس خاندان میں یا برادری میں لڑکوں کی کمی ہے یا ان برادریوں کی تعلیم یافتہ لڑکیوں کے لیے برادری میں پڑھے لکھے لڑکے نہیں ہیں تو وہاں بھی لڑکیوں کے رشتوں میں تاخیر ہو رہی ہے۔

ہمارے ہاں بعض لوگوں کا یہ نظریہ بھی ہے کہ غیر سید لڑکوں کے لیے سید خاندان کی لڑکی کا رشتہ نہیں دیتا چاہیے۔ اب اگر کوئی سید گھرانہ اپنی بیٹیوں کے لیے غیر سید گھرانوں کے رشتوں پر غور کرنے کے لیے تیار ہو تب بھی اکثر غیر سید گھرانے سید گھرانے کی لڑکیوں کے لیے رشتہ نہیں بھیجتے۔ یہ نظریہ یا رواج سیدوں کے احترام کو ظاہر کرتا ہے تاہم شریعت میں ایسی کسی پابندی کا کوئی ذکر نہیں ہے۔ احترام پر مبنی یہ رویہ بھی بعض سید گھرانوں کی فکر مندی میں اضافے کا سبب بن رہا ہے۔

لڑکیوں کی شادی کے حوالے سے پاکستان کے دیہی علاقوں اور شہری علاقوں میں مسائل کی نوعیت کچھ الگ الگ ہے تاہم شہری علاقوں میں آباد دیہی علاقوں سے وابستگی رکھنے والے خاندانوں کے مسائل بھی خالصتاً شہری خاندانوں کے مسائل سے الگ ہیں۔

شہری علاقوں میں بھی ان خاندانوں اور برادریوں میں جہاں لڑکے لڑکی کے رشتے ان کے والدین اور بزرگ ان کے بچپن میں ہی طے کر دیتے ہیں یہ مسائل بہت کم ہیں مگر اب کئی برادریوں میں یہ روایت آہستہ آہستہ ختم ہو رہی ہے۔

بیرون ملک مقیم کئی پاکستانی گھرانوں کو بھی لڑکیوں کی شادی میں مسائل کا سامنا ہے۔

ان مسائل کی نوعیت خطوں یا ملکوں کے لحاظ سے بدلتی رہتی ہے۔ پاکستانیوں کی ایک بہت بڑی تعداد روزگار کی غرض سے سعودی عرب، متحدہ عرب امارات اور دیگر کئی عرب ریاستوں میں مقیم ہے۔ ان ریاستوں میں غیر ملکی افراد کی اولاد کو اٹھارہ سال بعد وہاں قیام اور حصول تعلیم میں کئی قانونی پابندیوں کا سامنا ہوتا ہے۔

عرب ریاستوں میں مقیم کئی پاکستانی گھرانے پندرہ بیس سال باہر رہنے کی وجہ سے پاکستان میں اپنے رشتہ داروں اور دوستوں سے زیادہ میل ملاپ نہیں رکھ پاتے۔ جب وہاں ان کی بیٹیاں بڑی ہو کر شادی کی عمر کو پہنچتی ہیں تو خاندان اور برادری میں والدین کا میل جول کم ہونے کی وجہ سے ان کی بیٹیوں کی طرف کئی لڑکے والوں کا ذہن نہیں جاتا۔

یورپ، امریکہ، کینیڈا اور دوسرے ترقی یافتہ ممالک میں مقیم کئی پاکستانی گھرانوں کو بھی بیٹیوں کے رشتے میں مختلف مسائل کا سامنا ہے۔

مغربی ممالک میں مقیم کئی پاکستانی والدین کے ہاں

پیدا ہونے والے لڑکوں، لڑکیوں کی پرورش اور اسکولنگ مغربی ماحول میں ہوئی ہوتی ہے۔ یورپ اور امریکہ میں مقیم کئی پاکستانی والدین اپنے بیٹوں اور بیٹیوں کے لیے پاکستان سے ہویا داماد لانا چاہتے ہیں۔

مغربی ممالک میں مقیم کئی والدین کو یہ پریشانی بھی لاحق ہوتی ہے کہ ان کی بیٹیوں کے لیے آنے والے رشتے بنیادی طور پر اپنی ذاتی نیشنلسٹی کے حصول کے لیے وہاں شادی کے خواہشمند ہوتے ہیں۔ دکھ اور افسوس کی بات یہ ہے کہ وہاں کئی ایسے تکلیف دہ واقعات بھی سامنے آچکے ہیں جن میں شادی کے چند سال بعد نیشنلسٹی مل جانے پر لڑکے نے اپنے بیوی سے آنکھیں پھیر لیں اور شادی کا مقدس بندھن توڑ دیا۔

عوام کے ایک بڑے طبقے کا خیال ہے کہ بعض لوگوں کی تنگ دلی، نظر اور حسد کی وجہ سے بھی شادی بیاہ کے معاملات میں مشکلات اور رکاوٹیں آسکتی ہیں۔ بڑی تعداد میں لوگ دوسروں سے سن کر یا خود اپنے تجربات کی بناء پر نظریات و غیرہ کو شادی میں رکاوٹ کا سبب قرار دیتے ہیں۔ ایسے نظریات رکھنے والوں میں اعلیٰ تعلیم یافتہ، کم تعلیم یافتہ اور ناخواندہ غرض ہر علمی سطح کے لوگ شامل ہیں۔ کچھ لوگ اس سبب کا بلا جھجک اظہار کر دیتے ہیں جبکہ کچھ لوگ اس بات کو مانتے تو ہیں لیکن لوگوں کے سامنے اس کا اظہار کرنے سے اجتناب برتتے ہیں۔

مندرجہ بالا نکات کے پیش نظر یہ کہا جاسکتا ہے کہ موجود دور میں رشتوں کے بحران کی کچھ معاشی، کچھ معاشرتی، کچھ مادی وجوہات ہیں۔

لڑکیوں کے رشتوں میں تاخیر کا مسئلہ...

حل کیا ہے....؟

صحتی ترقی اور زیادہ پرستی کے اس دور میں ابھرنے

والے اس مسئلے کے حل کے لیے زیادہ توقعات تو اجتماعی کوششوں سے وابستہ ہیں تاہم انفرادی سطح پر کی جانے والی کوششوں سے کچھ نہ کچھ مثبت نتائج تو یقیناً برآمد ہوں گے۔

تعلیم اور عہدہ:

سب سے پہلے تو ان لڑکیوں کو ایک گروپ تسلیم کر لیتے ہیں جنہوں نے گریجویٹ ماسٹر یا اس سے زیادہ تعلیم حاصل کر لی ہے لیکن انہوں نے کسی پروفیشن کو جوائن نہیں کیا ہے۔ اعلیٰ تعلیم یافتہ لڑکیاں اپنے والدین کے ہاں گھر کے کام کاج میں مصروف ہیں یا پرائیویٹ اسکولوں میں ٹیچنگ یا پروفیشن، آرٹ اینڈ گرافٹ جیسے شعبوں سے وقت گزاری کے لیے منسلک ہو گئی ہیں۔

ایسی کسی بی بی اے، بی ایس سی یا ماسٹر لڑکی کے لیے کم تعلیم یافتہ لیکن برسر روزگار، صحت مند اور اچھے گھرانے کے لڑکے کا رشتہ آئے تو صرف اس وجہ سے کہ لڑکے کی تعلیم کم ہے، اچھے رشتے سے انکار کرنا مناسب نہیں۔

اعلیٰ تعلیم یافتہ لڑکیوں کے لیے کم پڑھے لکھے لڑکوں کے لیکن اچھے رشتوں پر غور نہ کرنے کی عمومی روش کی موجودہ حالات میں حوصلہ افزائی نہیں کرنی چاہیے۔

اب ان لڑکیوں کو درپیش صورتحال کا جائزہ لیتے ہیں جنہوں نے تعلیم کے بعد ڈاکٹری، بزنس، وکالت، انجینئرنگ، اعلیٰ سرکاری ملازمت جیسے شعبوں کو عملی طور پر جوائن کیا ہے۔

ایسی لڑکیوں کے رشتوں میں تاخیر میں یہ دو وجوہات بھی ہو سکتی ہے۔ ایک یہ کہ لڑکے کی تعلیم کم ہے لیکن آمدنی معقول ہے۔ دوسرے یہ کہ لڑکے کی تعلیم تو مناسب ہے لیکن اس کا عہدہ لڑکی کے عہدے سے دو تین درجے کم ہے۔

اول الذکر صورت میں تعلیم کی کمی کو نظر انداز

کر کے رشتے کا جائزہ لینا چاہیے۔

ثانی الذکر صورت پر البتہ کئی لحاظ سے غور کرنے کی ضرورت ہے۔

کسی بھی پروفیشن میں اپنے ماتحت کی اطاعت کرنا نہایت مشکل بلکہ اکثر ناممکن امر ہے۔ فوج یا بیوروکریسی میں اعلیٰ سطح پر تو اپنے سے دو تین نمبر ہی جو نیئر افسر کی اپنے اوپر ترقی کی صورت میں کئی افسر ملازمت سے استعفیٰ بھی دے دیتے ہیں۔

شوہر اور بیوی کے تعلق کو کوئی صاحب یا صاحبہ خواہ کتنا ہی مساویانہ ظاہر کریں لیکن اس میں بہر حال عورت کی جانب سے مرد کی اطاعت کا معاملہ تو ہے۔ خاص طور پر ایشیائی معاشروں میں ایک سینئر آفیسر عورت گھر میں اپنے سے جو نیئر افسر کی برتری کو قبول کرنے میں ذہنی طور پر مشکلات محسوس کر سکتی ہے۔

اس معاملے کا ایک پہلو یہ بھی ہے کہ عہدے میں جو نیئر شوہر اپنے سینئر بیوی کے سامنے خود بھی احساس کمتری میں مبتلا ہو سکتا ہے۔

یہ بھی مشاہدہ ہوا ہے کہ ایسی صورت میں بعض مردوں نے اپنی بیگم پر بے جا پابندیاں لگائیں اور ذہنی اور جذباتی طور پر زچ کر کے انہیں اپنے ”بڑے“ یا برتر ہونے کا احساس دلاتے رہے۔

پروفیشن میں شوہر جو نیئر اور خاتون سینئر ہوں تو گھریلو ماحول کی بہتری کے لیے میاں بیوی میں بہت زیادہ ذہنی ہم آہنگی خصوصاً مرد میں زیادہ تحمل و برداشت کی ضرورت ہوگی۔ مرد کے دفتر میں اور اس کے رشتے داروں میں بھی بعض لوگ اس کا مذاق اڑا کر اس کی ازدواجی زندگی اور گھر کے ماحول کو متاثر کرنے کی کوشش کر سکتے ہیں۔

برادری یا خاندان میں رشتے کی پابندی:

برصغیر پاکستان، بھارت، بنگلہ دیش میں آباد بعض قبائل اور برادریوں میں صدیوں سے یہ رواج چلا آرہا ہے کہ وہ برادری سے باہر شادیاں نہیں کرتے۔ کئی گھرانے اپنے قبیلے یا برادری کی شرط تو نہیں لگاتے لیکن اپنے ہم زبان ہونے پر اصرار کرتے ہیں یعنی دوسری زبان بولنے والے گھرانوں میں رشتے نہیں کرتے۔ یہ رواج قبائلی یا دیہی طرز معاشرت میں زیادہ دیکھنے میں آتے ہیں۔

اس حوالے سے ایک مشاہدہ یہ بھی ہوا ہے کہ بڑے شہروں میں بسنے والے انہی قبائل یا خاندان کے کئی لوگ اب اس رواج کی سختی سے پابندی نہیں کر رہے۔

بعض گھرانوں میں لڑکیوں کی شادی برادری سے باہر نہیں کی جاتی لیکن ان خاندانوں کے کئی مردوں نے برادری سے باہر شادیاں کیں تو مردوں کے اس اقدام کو قبول کر لیا گیا۔ اب بعض برادریوں اور خاندانوں نے لڑکیوں کے رشتے بھی باہر دینے پر کچھ آمادگی ظاہر کرنا شروع کر دی ہے۔ برادری یا خاندان میں رشتوں کے حوالے سے صدیوں سے رائج اس رواج کا جائزہ لینے کی بھی ضرورت ہے۔

بیرون ملک

مقیم پاکستانی خاندان:

بیرون ملک رہنے والے کئی پاکستانی خاندانوں کو دو نمایاں کیٹگریز میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

1- عارضی قیام پذیر پاکستانی خاندان۔ ان میں وہ خاندان شامل ہیں جو پندرہ، بیس، پچیس سال سے بیرون پاکستان مقیم ہیں لیکن یہ میزبان ملک کی شہریت (Nationality) نہیں رکھتے۔ اس کی نمایاں مثال مشرق وسطیٰ کے ممالک میں مقیم پاکستانی ہیں۔

2- مستقبل قیام پذیر پاکستانی خاندان: ان میں بیرون ملک مقیم وہ پاکستانی خاندان شامل ہیں جو اپنے میزبان ملک کی

شہریت رکھتے ہیں، جیسے برطانیہ، یورپ، امریکہ، کینیڈا، آسٹریلیا وغیرہ میں جا بسنے والے پاکستانی خاندان۔

ان دونوں کیلنگریز کے خاندانوں کے ساتھ عمومی طور پر ایک بات مشترک ہے اور وہ یہ ہے کہ اپنے آبائی وطن میں ان کے رابطے کم ہوتے جا رہے ہیں۔ مغربی ممالک میں مقیم وہ خاندان جو پاکستان میں برادریوں سے جڑے ہوئے ہیں ان کے ہاں بعض بے جوڑ رشتوں کی وجہ سے بھی کئی مسائل سامنے آتے ہیں۔۔۔ مثال کے طور پر یورپ میں پرورش پانے والی تعلیم یافتہ لڑکی کا رشتہ کسی پاکستانی گاؤں کے آٹھویں یا دسویں جماعت پاس لڑکے سے کر دیا گیا۔

مغربی ممالک میں مقیم کئی پاکستانی خاندانوں کو یہ فکر لاحق ہے کہ ان کی بیٹیوں کے لیے آنے والے رشتوں کے پیچھے گھربسانے سے زیادہ نیشلمنی کا حصول پیش نظر

ہوتا ہے۔ کئی لڑکیاں ایسے رشتوں کو خلوص اور احترام پر مبنی قرار نہیں دیتیں اور ایسے رشتوں سے انکار کر دیتی ہیں۔ بیرون ملک مقیم پاکستانی خاندانوں کو باہمی میل جول بڑھانے اور سماجی و معاشی معاملات میں ایک دوسرے کے ساتھ بھرپور تعاون کی مزید ضرورت ہے۔ مغربی ممالک میں مقیم والدین کو دینی اور ثقافتی لحاظ سے اپنی اولاد کی اچھی تربیت کرنے اور اولاد کے ساتھ مضبوط رابطوں کی زیادہ ضرورت ہے۔

مغربی ممالک میں بسنے والے کئی پاکستانی گھرانوں میں والدین اور اولاد کے درمیان بہت زیادہ فاصلے (Communication Gap) اور زبان کے مسائل (Language Barriers) ٹوٹ کئے گئے ہیں۔ اس صورتحال کو سدھارنے کے لیے والدین اور بزرگوں کی جانب سے عملی اقدامات کی ضرورت ہے۔



ماہنامہ روحانی ڈائجسٹ کا اکتوبر 2013ء کا شمارہ

عشق نمبر ہو گا۔

عشق کیا ہے....؟

یہ جذب صنف محبت میں کشش کی وجہ سے ابھرتا ہے....؟
عشق نفسانی خواہش ہے....؟ یا کوئی ملکوتی جذبہ....؟ یا کچھ اور....؟

عشق نمبر "معمول سے زیادہ صفحات پر شائع کیا جائے گا۔ مشہرین حضرات، قارئین کرام اور ایجنٹ حضرات نوٹ فرمائیں۔

چھوٹی چھوٹی باتوں کو بھی خود پر سوار کر لیتے ہیں، ہر بات سے منفی پہلو تلاش کرتے ہیں یا اپنا وقت دوسروں کی غلطیاں نکلانے میں گزارتے ہیں ایسے لوگ ذہنی دباؤ میں مبتلا رہتے ہیں۔

آج کے مصروف دور میں وقت نکالنا سب سے مشکل کام ہے۔ اچھی حس مزاج رکھنے والے لوگ فارغ اوقات کا انتظار نہیں کرتے۔ وہ ہر وقت، ہر

لحظہ، ہر جگہ خوش رہتے ہیں اور اپنے ارد گرد بسنے والوں کو خوش رکھنے کا فن بھی جانتے ہیں۔ یہ اہم نہیں کہ فارغ ہوں گھر میں ہوں یا پھر کسی خاص موقع پر ہی حس مزاج کو بیدار کیا جائے۔ مثال کے طور پر اکثر دیکھا جاتا ہے کہ ملازمت پیشہ افراد پریشر کے دوران ہنسنا، بولنا چھوڑ دیتے ہیں انہی میں کوئی ایک ایسا شخص ضرور نظر آتا ہے جو ہنستا، مسکراتا اپنا کام سرانجام دیتا ہے بلکہ وہ

دوسروں سے بھی اس انداز سے بات کرتا ہے کہ دوسرے بھی مسکرائے بنا نہیں رہ پاتے۔ اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ اسے کام کی فکر نہیں یا اس پر کام کا بوجھ نہیں بلکہ اس شخص کو مشکل وقت میں خود کو مطمئن رکھ کر کام کرنے کی عادت ہوتی ہے۔ یہ افراد مشکل وقت میں دباؤ کی حالت میں بھی پرسکون رہتے ہیں اور فنی خوش کام کرتے ہیں۔ یہ ذہنی طور پر کم تھکتے ہیں۔ ساتھ ذہنی بیماریوں سے بھی محفوظ رہتے ہیں۔

جب بھی کبھی کچھ اچھا کیا جائے، اچھا محسوس کریں یا پھر بیٹے ہوئے اچھے دن یاد کریں تو چہرے پر بے اختیار مسکراہٹ آ جاتی ہے۔ کئی مسائل ہمیں ذہنی دباؤ میں مبتلا کر دیتے ہیں جس سے بعض اوقات شدید ذہنی کوفت اور بے چینی بھی ہوتی ہے۔ ان حالات میں اگر ایسے لوگوں کا ساتھ میسر آ جائے جو مشکل وقت میں بھی مثبت سوچتے، ہنستے، بولتے ہوں تو ذہنی بوجھ کم ہونے لگتا ہے اور موڈ خوشگوار رہتا ہے۔

ہنسے بولنے

یہ زندگی کا اصل حسن ہے



سارہ ڈار

جیلوٹولوجی Gelotology حس مزاج اور فنی سے متعلق ایک علم ہے۔ یہ علم بتاتا ہے کہ جو لوگ انتہائی پریشانی کے عالم میں ہیں سائنڈ کے لیے بھی ہنستے ہیں خواہ وہ جبراً ہی کیوں نہ ہو ایسی فنی بھی ان کی پریشانی کے دس منٹ کم کرنے میں مدد دیتی ہے کیونکہ حس مزاج اپنے اندر اتنی طاقت رکھتی ہے کہ یہ ارد گرد کے ماحول کو بہتر بنا سکے اور دباؤ میں رہتے ہوئے بھی کام کرنے

کی قوت ہنسنے۔ حس مزاج کسی بھی انسان کے موڈ کو بہتر بنانے کے ساتھ ساتھ، تھکاوٹ، دباؤ اور پریشانی کو کم کرتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ قوت مدافعت بھی بڑھاتی ہے۔ بلڈ پریشر کو نارمل رکھتی ہے۔ ذہنی دباؤ کو کم کر کے پٹھوں کو آرام دیتا ہے۔ ایسے لوگ جو خوش رہتے ہیں اور پریشانی کو خود پر سوار نہیں کرتے دوسرے لوگوں کی نسبت طویل عمر پاتے ہیں اور زیادہ صحت مند رہتے ہیں۔ اس کے برعکس وہ لوگ جو ہر وقت پریشانی میں مبتلا رہتے ہیں،

ایک ماہر نفسیات کے مطابق اگر آپ اسی کی حالت میں ہیں اور آپ کو اپنے ارد گرد کچھ بھی اچھا نہیں لگ رہا تو آپ کو چاہیے کہ آپ کمرے میں جا کر کچھ سیکنڈوں کے لیے مسکرائیں۔ یہ مسکراہٹ آپ کے دماغ کو اچھا سنگل بھیجے گی اور تھوڑی ہی دیر میں آپ بہتر محسوس کرنے لگیں گے۔ کیونکہ جب موڈ اچھا ہوتا ہے اور مثبت سوچ طاری ہوتی ہے تو دماغ کو آسجین کی فراہمی بلا قطل ہو رہی ہوتی ہے جس سے پریشانی اور دباؤ کی حالت میں بھی بلد پریش نارمل رہتا ہے۔

یہ حقیقت ہے کہ آج ہر کوئی پیسہ کمانے کی دھن میں لگن ہے۔

لوگ محدود وقت اور وسائل میں زیادہ سے زیادہ پیسہ حاصل کرنے کے جنون میں مبتلا ہیں۔ ان حالات میں خود کو اور دوسروں کو خوش رکھنا کیسے ممکن ہے....؟ لیکن یہ ناممکن بھی نہیں کیونکہ ماہرین نفسیات کے مطابق ”آج بھی لوگ ایسی جگہوں پر کام کرنے پر آمادہ نظر آتے ہیں جہاں کا ماحول خوشگوار ہو، ساتھ کام کرنے والے لوگ خوش اخلاق ہوں“ ایسے ماحول میں جہاں ہر وقت ذہنی تبادلا اور کام کا بوجھ ہو وہاں کام کرنے والے لوگ اکثر چڑچڑے اور بد مزاج ہو جاتے ہیں۔ اگر گھر کا ماحول بھی ایسا ہو کہ ہر وقت روٹین کے کام ہو رہے ہوں اور روزانہ دن رات ایک جیسے کام میں گزرتے ہوں تو یہاں شخصیت منفی رویوں میں مبتلا ہونے لگتی ہے۔ یہ بھی عام مشاہدہ ہے کہ ایسے لوگ جو کچھ ہوئے ماحول میں رہنے کے عادی ہوں وہ ہر لمحہ منفی خیالات کا شکار رہتے ہیں اور ہر بات میں منفی پہلو تلاش کرتے ہیں۔

یاد رکھیں ہر پریشانی وقتی ہوتی ہے اور اس سے نکلنا اپنے اختیار میں ہو سکتا ہے۔ اگر اچھی سوچ، مثبت خیالات اور حس مزاج کے ساتھ حالات کا مقابلہ کیا جائے تو عین

ممکن ہے کہ جلد ایسے حالات سے چھٹکارا پائیں۔
ظنن ایک منفی سوچ: کسی بھی شخص کو طنز، طعن یا تلخ بات کہنے سے اس کی دل آزادی ہوتی ہے سب سے پہلے اس عادت سے چھٹکارا پائیے خاص کر اگر آپ ملازمت پیشہ ہیں تو اس عادت سے جلد از جلد جان چھڑانا ہوگی کسی پر طنز کرنا اچھی بات نہیں نہ ہی یہ حس مزاج کا حصہ ہے۔

مذاق سوچ کر کیجیے: مذاق کرنے سے قبل یہ ضرور سوچیے کہ کہیں ایسا تو نہیں کہ بر محل نہ ہو یا پھر سامنے والا شخص مذاق کو پسند ہی نہ کرے اگر آپ کسی محفل میں بیٹھے ہیں تو ایسا مذاق کیجیے جس سے سب محفوظ ہوں۔

ہنسسنے بولنے والے دوست بنائیے: اپنا حلقہ احباب ایسے دوستوں سے وسیع کریں جن میں اچھی حس مزاج موجود ہو۔ مثبت سوچ کے مالک افراد ہمیشہ مشکلات اور پریشانیوں کو بہتر انداز سے حل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ ایسے لوگوں سے ممکنہ حد تک خود کو دور رکھیں جو خود بھی منفی سوچ رکھتے ہوں اور دوسروں کو بھی غیر ضروری تنقید کا نشانہ بناتے ہوں۔

مشاہدہ کیجیے، دوسروں کی بھلی سنیے: بہترین حس مزاج کے مالک افراد کا مشاہدہ دیگر لوگوں کے مقابلے میں کمال کا ہوتا ہے۔ اپنے ارد گرد کے لوگوں کا مشاہدہ کیجیے بالخصوص جب آپ کو کوئی بات اچھی لگے یا کوئی اچھا لطیفہ سنیں تو اسے اپنا حلقہ احباب میں لازمی شیئر کیجیے۔

مثبت سوچیں: کوئی شخص آپ کی مرضی سے نہیں چل سکتا بہتر یہ ہوگا کہ آپ مثبت سوچیں اور خود کو پرسکون رکھیں۔

ہنسنے بولنے سے آپ خود کو بہتر محسوس کریں گے۔

مثبت سوچ انسان پر پریشانیوں کو حاوی ہونے سے روکتی ہے۔
حس مزاج ہر شخص میں موجود ہوتی ہے لیکن اسے کس وقت اور کہاں استعمال کرنا ہے یہ فیصلہ آپ کا ہونا چاہیے۔

اسی طرح جب ہم خوش ہوتے ہیں تو وہ خوشی ہمارے چہرے سے ظاہر ہو رہی ہوتی ہے اور جب ہم غم زدہ ہوتے ہیں تو وہ غم بھی ہمارے چہرے سے عیاں ہوتا

ہے۔ پریشانی اور کام کے دباؤ کی صورتحال میں خود کو پرسکون رکھیں اور ہر چیز میں مثبت پہلو تلاش کریں اچھا سوچیں تو یہ ہی حس مزاج ہے۔ اپنے دوستوں، عزیزوں اور گھر والوں کے ساتھ خاص طور پر ایسے واقعات اور قصے یاد کریں جب آپ بہت خوش ہوئے ہوں، ہنستے ہوں کیونکہ اچھی یادوں کو یاد کرنے اور مسکرانے سے آپ خود کو بہتر حد تک پرسکون تصور کریں گے۔



معروف ٹیلی ویژن کمپیئر، کالم نگار اور دانشور قریش پور طویل علالت کے بعد مورخہ 5 اگست بروز پیر کو 81 برس کی عمر میں کراچی میں وفات پا گئے۔

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

پاکستان ٹیلی ویژن کے 1970 کی دہائی کے پروگرام کسوٹی کی میزبانی سے عوامی پذیرائی حاصل کرنے والے قریش پور کا شمار پاکستان کے معروف کمپیئر، مستظفین، کالم نگاروں اور دانشوروں میں ہوتا تھا۔ کسوٹی کا شمار پاکستان ٹیلی ویژن کے بہترین معلوماتی پروگراموں میں کیا جاتا تھا جس میں قریش پور کے ساتھ غازی صلاح الدین اور عبید اللہ بیگ جیسے بڑے نام بھی موجود تھے، میں سوالوں کے دائرے میں عبید اللہ بیگ، قریش پور اور افتخار عارف سوال کرنے والے کو یوں گھیرتے کہ دیکھنے والوں کو لطف آ جاتا۔ اس پروگرام کو مختلف ٹی چینلز پر بھی پیش کیا گیا۔



قریش پور خدا داد علمی و ادبی صلاحیتوں کے مالک نامور دانشور تھے۔ وہ ناول نگار اور کالم نویس بھی تھے۔ ان کا فطری رجحان شعرو ادب اور فکر و فلسفہ کی جانب تھا۔ انسانی تہذیب، تمدن اور تاریخ کا انہوں نے بنظر غائر مطالعہ کیا تھا اور

کسوٹی میں پوچھ جانے والے سوالات ان کے اس مطالعے کی بھرپور عکاسی اور غمازی کرتے۔ کمپیئرنگ کرنے کا ان کا انداز اتنا سحر آفریں تھا کہ معاصر کمپیئر ز اور اینکر پر سنز انہیں اپنا استاد تسلیم کرتے ہوئے فخر محسوس کرتے۔ قریش پور کا اصل نام ذوالقرنین قریشی تھا۔ وہ 1932ء میں بمبئی پیدا ہوئے تھے، آپ کے آباؤ اجداد کا تعلق ایران سے تھا۔ انہوں نے 1967ء سے اپنے فنی سفر کا آغاز کیا اور 1972ء سے پاکستان ٹیلی ویژن میں کنٹرولر پریزنٹیشن تھے اور اسی حیثیت میں 1992ء میں سبکدوش ہوئے۔

حضرت لعل شہباز قلندر علیہ السلام

اسلام کی ترویج و اشاعت میں اولیاء اللہ اور صوفیائے کرام نے کارہائے نمایاں سرانجام دیے۔ چٹائی نشین اور گلیم پوش یہ صوفیائے کرام جہاں بھی گئے وہاں انہوں نے اپنے اعمال و کردار سے کفر کی ظلمتوں میں بھٹکتے انسانوں کے دلوں میں توحید کی شمع کو روشن کیا۔

ایسی ہی ایک بزرگ ہستی حضرت لعل شہباز قلندرؒ ہیں جنہوں نے سندھ و ہرتی کو اسلام کی روشنی سے منور کیا۔

محمد اقبال جیلانی

چوتھا حصہ

استاد الاساتذہ

تہذیب، شائستگی اور وضع داری کی علامت ڈاکٹر فرمان فتح پوری

عالمی شہرت کے حامل اردو ادب کے مایہ ناز ادیب، دانشور، محقق، نقاد، ماہر تعلیم، ماہر لسانیات، لغت نویس اور شاعر ڈاکٹر فرمان فتح پوری کراچی میں وفات پا گئے۔

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

ڈاکٹر فرمان فتح پوری کا اصل نام سید ولد ار علی تھا اور وہ 26 جنوری 1926ء کو اتر پردیش کے شہر فتح پور میں پیدا ہوئے تھے۔ ڈاکٹر فرمان فتح پوری نے ابتدائی تعلیم فتح پور اور الہ آباد سے حاصل کی۔ 1950ء میں آگرہ یونیورسٹی سے گریجویشن کی۔ بعد ازاں ہجرت کر کے



وہ تقریباً تیس برس تک جامعہ کراچی سے وابستہ رہے جہاں ان کی زیر نگرانی متعدد اسکالرز نے پی ایچ ڈی کی اسناد حاصل کیں۔ جامعہ کراچی سے ریٹائرمنٹ کے بعد ڈاکٹر فرمان فتح پوری اردو ڈکشنری بورڈ سے وابستہ ہو گئے، اس ادارے سے ان کی یہ وابستگی تین دہائی سے زیادہ جاری رہی، جبکہ سن 2001 سے 2008 تک انہوں نے اس

ادارے کی صدارت کی۔ اردو ڈکشنری بورڈ کی لغت میں سے کئی جلدیں ڈاکٹر فرمان فتح پوری کی نگرانی میں مکمل ہوئیں۔ 2011ء میں انہیں جامعہ کراچی میں پروفیسر امریطس کے عہدے پر فائز کیا گیا۔

ڈاکٹر الولیٹ صدیقی کے بعد وہ دوسرے پروفیسر تھے، جنہیں کراچی یونیورسٹی نے پروفیسر ایمریطس بتایا۔ ڈاکٹر فرمان فتح پوری پاکستان کی کئی ممتاز جامعات کے بورڈ آف اسٹڈیز کے رکن بھی رہے، اس کے علاوہ اعلیٰ و ثانوی تعلیمی بورڈ، مقتدرہ قومی زبان، اکادمی ادبیات پاکستان، اردو سائنس بورڈ، ادارہ یادگار غالب، اقبال اکیڈمی اور کئی تعلیمی و ادبی اداروں کے رکنیت حاصل رہی،



کراچی کے قریب منگھوچر کا مزار ہے۔ بعض روایات کے مطابق صاحب مزار حضرت فرید الدین گنج شکرؒ کے خلیفہ ہیں۔ اسی پہاڑ پر لعل شہباز قلندرؒ کے نام سے ایک بستی آباد ہے۔ بعض لوگ کہتے ہیں حضرت لعل شہباز قلندرؒ یہاں تشریف لائے اور کچھ عرصہ قیام کیا۔ اسی نسبت سے اس بستی کا نام لعل شہباز قلندر کے نام پر ہے۔

آپ کی ایک چلہ گاہ حیدرآباد کے نزدیک گنجر نگر کے نزدیک ٹڈو غلام حسین میں بھی موجود ہے۔ مشہور ہے کہ آپ یہاں چلہ کش ہوئے تھے آپ نے حیدرآباد کے اطراف میں بھی کئی تبلیغی دورے کیے تھے۔

یہ بھی ایک روایت ہے کہ دوران سیاحت قلندر پاک نے ”پاٹ“ شہر میں حاجی اسماعیل منوہر سے بھی ملاقات کی تھی۔

”پاٹ“ دراصل سندھ کا ایک قدیمی شہر تھا بہت سے علمائے کرام دور دراز کی مسافت طے کر کے اس شہر میں آتے تھے۔ قدیم تذکروں میں اس شہر کو اسی وجہ سے ”قبتہ الاسلام“ کہا گیا ہے۔ دریا کے قریب ہونے کی وجہ سے یہاں باغات کی کثرت تھی جس میں انار بہت کثرت سے ہوتے تھے۔

سہون شریف کے ریلوے اسٹیشن کے جنوب میں ایک بلند پہاڑ ہے جس کے اندر ایک قدیم غار موجود ہے۔ اس غار میں حضرت لعل شہباز قلندرؒ نے چلہ کشی کی تھی۔ غار میں قیلے کے رخ پر ایک محراب بھی ہے۔ اس کے پیچھے ہموار پہاڑی تھی جسے فرش کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اسی طرح سہون کے ریلوے اسٹیشن کے قریب آپ کے نام سے منسوب ایک ”لال باغ“ بھی ہے اس

باغ کے قریب ایک پہاڑی پر بھی آپ نے چلہ کشی کی تھی۔ مقامی لوگوں میں یہ روایت مشہور ہے کہ حضرت لال شہباز قلندرؒ کی آمد سے قبل نہ یہ باغ تھا اور نہ یہ چشمہ۔ لوگ اس مقام پر چشمے کی موجودگی کو شہباز قلندرؒ کی کرامت سمجھتے ہیں۔

بے شک اہل اللہ کے قدموں کی برکت سے پتھر بھی نرم پڑ جاتے ہیں اور چشمے پھوٹ پڑتے ہیں۔

یہ چند نشانات جو تاریخ میں محفوظ رہ گئے ہیں، صاف بتاتے ہیں کہ آپ نے سندھ کے دور دراز علاقوں کے دورے کیے۔ اس دور کے سفر آج کی طرح بہ سہولت نہیں تھے۔ آپ کے حوصلے کی داد دینی ہوگی۔

آپ کے یہ سفر محض سیاحت نہیں تھے۔ ان کا مقصد تبلیغ دین تھا۔ اصلاح عوام اور روحانی تربیت آپ کا مسلح نظر تھا۔ آپ نے لاکھوں غیر مسلموں کو کلمہ توحید پڑھایا اور ان کے قلوب کی دنیا بدل کر رکھ دی۔

کئی دن سے عجیب آوازیں گونج رہی تھیں۔ راجا جیرجی، حاکم سہون (جو عرف عام میں راجا چوہٹ کہلاتا تھا) کے قلعے کے سامنے گھنی جھاڑیوں میں ایک مجذوب آکر بیٹھ گیا تھا۔ وہ کبھی کبھی مستی میں آکر نعرے بلند کیا کرتا تھا۔

”میرا مرشد آرہا ہے۔“
”میرا مرشد آنے والا ہے۔“
”میرا مرشد لالا شہباز قلندر۔“

یہ گھنی جھاڑیاں جہاں مجذوب بیٹھا کرتا، راجا کے قلعے سے اچھے خاصے فاصلے پر تھیں لیکن مجذوب کی آواز میں ایسی کڑک تھی کہ قلعے کی دیوار کو چیرتی ہوئی اندر آجاتی تھی۔ رات کے اندھیرے اور سناٹے میں یہ پرسوز آواز اہل قلعہ کی عینیں اڑا دیتی تھی۔ کچھ معلوم نہ ہوتا تھا

کہ یہ شخص کون ہے اور کس کو بلاتا ہے۔۔۔۔۔؟
راجا کماری کئی دن سے اس آواز میں دلچسپی لے رہی تھی۔ راجا کماری ایک روز محل کی اس کھڑکی میں بیٹھ گئی جو جھاڑیوں کی جانب کھلتی تھی۔ وہ دیکھنا چاہتی تھی کہ یہ شخص کون ہے اور کیسا ہے۔۔۔۔۔؟

وہ کھڑکی میں تصویر بنی بیٹھی تھی۔ وقت رک رک کر چل رہا تھا۔ جھاڑیاں ساکت بھی تھیں، خاموش بھی۔ وہ سخت مایوس تھی۔ کوئی بھی نظر نہیں آرہا تھا۔ کوئی آواز نہ آتی تھی۔ کوئی نعرہ بلند نہیں ہو رہا تھا۔ پھر اچانک ایک آدمی کو اس نے دیکھا۔ وہ جھاڑیوں سے باہر آرہا تھا۔ فاصلہ اتنا زیادہ تھا کہ وہ آدمی کسی پرچھائیں کی طرح نظر آرہا تھا۔ وہ پھر بھی اشتیاق سے دیکھ رہی تھی۔ وہ آدمی ایک بڑے رومال سے زمین صاف کر رہا تھا اور ساتھ ساتھ وہی نعرے بلند کر رہا تھا جو راجا کماری روز سنا کرتی تھی۔

”بے چارہ دیوانہ! نجانے کس کے استقبال کی تیاری کر رہا ہے۔۔۔۔۔؟ کس کے عشق میں گھائل ہے۔۔۔۔۔؟“
راجا کماری نے اپنے آپ سے کہا اور کھڑکی سے ہٹ گئی۔

راجا کا ایک منہ پھٹ وزیر اتفاق سے اس وقت قلعے کے اس حصے کے سامنے سے گزر رہا تھا۔ راجا کماری کی یہ محویت دیکھ کر ایک دھیان اس کے من میں سایا۔ یہ درویش یقیناً راجا کماری کے عشق میں گرفتار ہے اسی لیے اس نے قلعے کے سامنے سادھی جمائی ہے۔

اس نے سوچا کہ راجا کماری اسے درشن دینے کے لیے کھڑکی میں آ بیٹھتی ہے۔ یہ دیوانہ جان بوجھ کر کسی مرشد کے آنے کے نعرے لگاتا ہے تاکہ ہم سب دھوکے میں پڑ جائیں اور اس کی طرف سے آنکھیں بند کر لیں۔

راجا کماری اب روز اسی کھڑکی میں بیٹھنے لگی تھی۔ محل کی دایاں بھی اس واقعے کی گواہ بن گئی تھیں۔

مجذوب کے نعروں میں اب اور بھی شدت آگئی تھی۔ محل کے چند افسروں نے تحقیق کی تو معلوم ہوا، نعرے لگانے والا مسلمان ہے۔ اس کا کوئی مرشد ہے جو اس علاقے میں آنے والا ہے۔ اس کے استقبال کی تیاری کر رہا ہے۔ ایک نہ شد و شد۔ ابھی تو یہ پاگل ہی یہاں آیا ہے، اب اس کا مرشد بھی آجائے گا۔ دونوں مل کر نعرے لگایا کریں گے۔ مرشد کے آنے سے پہلے ہی اس پاگل کو ختم کر دینا چاہیے۔ راجا کے مصاحبوں میں مشورے ہونے لگے۔

”صرف اتنی سی بات پر اسے کیسے قتل کیا جاسکتا ہے۔۔۔۔۔؟“ ایک وزیر نے کہا۔

”یہ صرف اتنی سی بات نہیں ہے۔ اس کے پیچھے بہت بڑا راز ہے جو میں صرف راجا کے سامنے بیان کروں گا۔“ اس وزیر نے کہا جو راجا کماری کو کھڑکی میں بیٹھے دیکھ چکا تھا۔

”ہمیں اس درویش کے بارے میں راجا کو بتا دینا چاہیے۔“

وزیروں نے یہ مشورہ کر لیا تھا لیکن یہ نوبت ہی نہیں آئی کہ وہ راجا کے پاس جاتے۔ راجا نے خود انہیں طلب کر لیا۔ دراصل راجا ان نعروں کو سن رہا تھا لیکن نظر انداز کرتا رہا تھا۔ جب نعروں میں شدت آگئی تو وہ بھی بوکھلا اٹھا۔

”یہ کون ہے جو دن رات نعرے لگاتا رہتا ہے، معلوم کر کے ہمیں بتاؤ۔“

”ہم معلوم کر چکے ہیں مہاراج! یہ ایک مسلمان جوگی ہے، اس کا کچھ نہ کچھ علاج کرنا ہو گا۔“

”اس سے کہو یہاں سے چلا جائے۔ ہم اپنے راج میں ایسے کسی مسلمان کا وجود برداشت نہیں کر سکتے۔“ راجا نے کہا۔

”ہم یہ بھی کر چکے ہیں۔ وہ یہاں سے جانے کو تیار نہیں۔“

”خیر، کچھ دن دیکھو۔ جوگیوں کا ایک سیرا نہیں ہوتا۔ آپ ہی چلا جائے گا۔“

”مہاراج! مجھے آگیا (اجازت) ہے کہ کچھ کہوں۔۔۔؟“ وہ وزیر بولا جو راجکمار کو کھڑکی میں بیٹھے دیکھ چکا تھا۔

”یہ مسلمان، جوگی نہیں ڈھونگی ہے۔ یہ مہاراج کی عزت سے کھیل رہا ہے۔“

”کیا مطلب۔۔۔؟“

”مجھے کہتے ہوئے لاج آتی ہے مگر مجھے کہنا پڑ رہا ہے۔ یہ جوگی، راجکمار سے پریم کرتا ہے۔ اسی لیے یہاں آکر ٹھہرا ہے۔ راجکمار بھی اسے دیکھنے کے لیے بن سنور کر کھڑکی میں بیٹھتی ہے۔“

”تمہیں معلوم ہے تم کیا کہہ رہے ہو۔ اگر یہ بات قلعہ ہوئی تو تمہارا کیا انجام ہو گا۔۔۔؟“

”محل کی داسیوں سے پوچھ لیجئے مہاراج!“

وزیر نے پہلے ہی ایک داسی کو انعام کا لالچ دے کر گواہی کے لیے تیار کر لیا تھا۔ راجا کا اشارہ ملے ہی داسی کو پیش کر دیا گیا۔ اس نے بھی یہی بتایا کہ راجکمار کھڑکی میں بیٹھتی ہیں۔ راجا نے ایک ٹھنڈی سانس بھری اور اس مجذب کو گرفتار کر کے اپنے سامنے پیش کرنے کا حکم دیا۔ راجا کے سپاہی گئے اور اس مجذب کو گرفتار کر کے لے آئے۔ راجا نے حقارت سے اس کی طرف دیکھا۔

”کیا نام ہے تمہارا۔۔۔؟“ راجا نے پوچھا۔

”سکندر بودل!“

”کیا تم ہی نعرہ لگاتے پھرتے ہو۔۔۔؟“

”ہاں، وہ میں ہی ہوں جو اپنے مرشد کے فراق میں آئیں بھرتا ہے۔“

”کون ہے تمہارا مرشد۔۔۔؟“

”میرا مرشد لال ساہی ہے، حضرت لال شہباز قلندر!“

”کہا ہے وہ۔۔۔؟“

”وہ سندھ کے دوروں پر ہے۔ بہت جلد سہون آئے گا۔“

”کیا تمہیں نہیں معلوم کہ میں مسلمانوں کا وجود برداشت نہیں کرتا۔“

”وہ آپ سب کو مسلمان بنانے کے لیے آ رہا ہے۔“

اس درویش کی بے باک گفتگو سن کر راجا کے غصے نے محل کی دیواروں تک کو ہلادیا۔

”لے جاؤ اسے۔ زنجیروں میں جکڑ کر قید خانے میں ڈال دو۔“

لال شہباز قلندر کے عاشق سکندر بودل کو سیوستان کے راجا کے حکم پر قید خانے میں ڈال دیا گیا۔ بھاری زنجیروں اس کے جسم کو جکڑے ہوئے تھیں۔ جیسے وہ عام آدمی نہ ہو، کوئی خطرناک قیدی ہو۔

اس مجذب کی بے خوف آنکھوں اور بے باک گفتگو نے راجا کو بے چین کر دیا تھا۔ اسے لگ رہا تھا جیسے اس معمولی سے آدمی نے اسے شکست دے دی ہو۔ جیسے وہ چلتے چلتے کہہ گیا ہو کہ تم زیادہ سے زیادہ قید ہی تو کر سکتے ہو میرا کیا بگاڑ سکتے ہو۔۔۔؟

راجا فیت کی آگ میں جلتا رہا۔ صبح ہوئی تو اس نے وزیروں کو طلب کیا۔

”اس قیدی کو سہون سے باہر چھوڑ آؤ تاکہ اس کے نعروں سے نجات مل جائے۔“

مہاراج، وہ جہاں بھی جائے گا راجکمار کا نام لے کر آپ کی عزت اچھا لتا رہے گا۔“

”وہ کہتا ہے، وہ اپنے مرشد کے انتظار میں یہاں بیٹھا ہے۔“

”وہ کہتا ہے، وہ اپنے مرشد کے فراق میں آئیں بھرتا ہے۔“

”وہ کہتا ہے، وہ اپنے مرشد کے فراق میں آئیں بھرتا ہے۔“

”وہ کہتا ہے، وہ اپنے مرشد کے فراق میں آئیں بھرتا ہے۔“

”وہ جھوٹ بولتا ہے۔“ وزیر نے کہا ”اس شخص کی کھال ادھیڑی جائے تو وہ راج کمار سے عشق کا اقرار کر لے گا۔“

راجا کچھ دیر سر جھکائے سوچتا رہا اور پھر اس نے قیدی کو حاضر کرنے کا حکم دیا۔ سپاہیوں نے قید خانے کا تالا کھولا اور سکندر بودل کو راجا کے سامنے لے آئے۔

”لوگ کہتے ہیں، تم راجکمار کے عشق میں مبتلا ہو اور ہماری عزت کو داغ لگا رہے ہو۔“

”قلعہ کہتے ہیں۔ جھوٹ بولتے ہیں۔ مجھے اپنے لال ساہی کے سوا کسی سے عشق نہیں۔ میں کسی کو نہیں جانتا۔“

میرا مرشد شہباز قلندر ہے۔ بس وہ پہنچے ہی والا ہے۔“

”یہ ایسے نہیں مانے گا مہاراج!“ وزیروں نے کہا ”اسے قید خانے میں پڑا رہنے دیں۔ آپ ہی دماغ ٹھکانے آجائے گا۔“

راجا نے اجازت دے دی۔ یہ اجازت بھی دے دی کہ اس پر تشدد بھی کیا جائے۔ شاید مار کھا کر اصل راز اگل دے۔

ایسا ہی کیا گیا۔

سکندر بودل پر تازیانوں کی بارش کر دی گئی لیکن وہ یہی کہتے رہے

”میں حضرت لال شہباز قلندر کے سوا کسی کو نہیں جانتا۔ میں تو ان ہی کے فراق میں تڑپ رہا ہوں۔“

سکندر بودل پر وحشیانہ تشدد جاری رہا۔ تقریباً روزانہ ان پر تازیانوں کی بارش کی جاتی تھی لیکن آپ کے ہونٹوں پر ایک ہی نام تھا۔

”لال شہباز قلندر۔“

لال شہباز قلندر خدمت گاروں کی ایک جماعت کے ساتھ سفر میں تھے۔ آپ نے ایک پہاڑی کے قریب پہنچ کر فضا میں کچھ دیکھا اور چلتے چلتے رک گئے۔ پھر آپ

لال شہباز قلندر خدمت گاروں کی ایک جماعت کے ساتھ سفر میں تھے۔ آپ نے ایک پہاڑی کے قریب پہنچ کر فضا میں کچھ دیکھا اور چلتے چلتے رک گئے۔ پھر آپ

لال شہباز قلندر خدمت گاروں کی ایک جماعت کے ساتھ سفر میں تھے۔ آپ نے ایک پہاڑی کے قریب پہنچ کر فضا میں کچھ دیکھا اور چلتے چلتے رک گئے۔ پھر آپ

لال شہباز قلندر خدمت گاروں کی ایک جماعت کے ساتھ سفر میں تھے۔ آپ نے ایک پہاڑی کے قریب پہنچ کر فضا میں کچھ دیکھا اور چلتے چلتے رک گئے۔ پھر آپ

ایک پتھر پر بیٹھ گئے اور ٹکٹی باندھ کر آسمان کی طرف دیکھنے لگے۔ آپ کی محویت اتنی بڑھ گئی کہ آپ کے ساتھی بھی کچھ فاصلے پر پڑاؤ ڈال کر بیٹھ گئے۔ آپ کے ساتھی اس قسم کی صورت حال سے اکثر دوچار ہوتے رہتے تھے۔ وہ جانتے تھے کہ آپ کی یہ حالت مختصر وقت کے لیے بھی ہو سکتی ہے یا کئی دن تک بھی رہ سکتی ہے۔

اس ویرانے میں رات اتر آئی تھی۔ حضرت لعل شہباز قلندر کی نظریں اس وقت بھی آسمان پر جمی ہوئی تھیں۔ پھر آپ نے ایک جمر جھری سی لی۔

سر مست!

انہوں نے اپنے ایک مصاحب خاص سید علی سر مست کو آواز دی۔

”جی مرشد! غلام حاضر ہے۔“

”سب سے کھو اسی وقت چلنا ہے۔“

”اس وقت رات ہے حضرت!“

”ہمیں پہنچنا ہے۔ کوئی سخت مشکل میں ہے۔“

”جو حکم۔۔۔۔“

سید علی سر مست نے قافلے کے تمام لوگوں تک پیغام پہنچا دیا۔ سب لوگ فوراً ہی اٹھ کھڑے ہوئے۔ کسی نے یہ بھی نہ پوچھا کہ اب ارادہ کدھر کا ہے۔ جس طرف حضرت لال شہباز قلندر نے پاؤں اٹھایا، سب لوگ اسی طرف چل پڑے۔

رات بھر چلنے کے بعد صبح کاؤب کے وقت یہ قافلہ ایک کھلے میدان میں پہنچا۔ حضرت لال شہباز قلندر نے وہاں ایک میدان میں پڑاؤ کا حکم دیا۔ لوگوں نے اس خیمہ

میدان کو دیکھا اور پڑاؤ ڈال دیا۔ کچھ ہی دیر میں فجر کی نماز کا وقت ہو گیا۔ آپ کے ایک مرید نے ایک بلند جگہ پر کھڑے ہو کر اذان دی۔ اس میدان میں شاید یہ پہلا موقع

رات بھر چلنے کے بعد صبح کاؤب کے وقت یہ قافلہ ایک کھلے میدان میں پہنچا۔ حضرت لال شہباز قلندر نے وہاں ایک میدان میں پڑاؤ کا حکم دیا۔ لوگوں نے اس خیمہ

میدان کو دیکھا اور پڑاؤ ڈال دیا۔ کچھ ہی دیر میں فجر کی نماز کا وقت ہو گیا۔ آپ کے ایک مرید نے ایک بلند جگہ پر کھڑے ہو کر اذان دی۔ اس میدان میں شاید یہ پہلا موقع

رات بھر چلنے کے بعد صبح کاؤب کے وقت یہ قافلہ ایک کھلے میدان میں پہنچا۔ حضرت لال شہباز قلندر نے وہاں ایک میدان میں پڑاؤ کا حکم دیا۔ لوگوں نے اس خیمہ

میدان کو دیکھا اور پڑاؤ ڈال دیا۔ کچھ ہی دیر میں فجر کی نماز کا وقت ہو گیا۔ آپ کے ایک مرید نے ایک بلند جگہ پر کھڑے ہو کر اذان دی۔ اس میدان میں شاید یہ پہلا موقع

خون کا نام



ہم مثل ہے "غریب و فقیر ہوتا ہے"۔ یعنی سفر کے ذریعہ کامیابی اور بہتری کی راہیں کھلتی ہیں۔ سفر مختلف تہذیبوں سے آگمی، انسانی رویوں کو سمجھنے اور ذہنی وسعت کا ذریعہ بن سکتا ہے۔ قرآن میں کئی مقامات پر اللہ تعالیٰ نے حکم دیا ہے کہ انسان اللہ کی زمین پر سفر کرے اور اللہ کی عنایت اور اس کے نوح کا مطالعہ کرے تاکہ اللہ کی حقیقت اس پر واضح ہو۔ اردو ادب میں سفر نامہ کو ایک منفرد مقام حاصل ہے۔ زیر نظر تحریر بھی اسی تسلسل کی ایک کڑی ہے۔ اس سفر نامے میں جامعہ لیا گیا ہے کہ مشرق و مغرب کے درمیان زبان، تمدن و ثقافت کا نیا فرق ہے۔ پاکستانی طالب علموں کے لیے برطانیہ میں کس طرح کے مواقع و مشکلات موجود ہیں۔ مسلمان اور پاکستانی نژاد خاندان کس قسم کے تہذیبی تصادم کا سامنا کر رہے ہیں۔

ڈپارٹمنٹ (اسٹور پر ملازمت کیا کرتا تھا۔ اس کی ماں سیاہ قام اور باپ سفید قام تھا۔ ماں کی طرح گھنگریالے بال اور مولے نقوش تھے مگر رنگ ایک دم گورا چٹا جو اس نے اپنے باپ سے وراثت میں پایا تھا۔ اس کی عمر چھوٹی تھی لیکن باتونی اور ہنس مکھ بہت تھا۔ میں اکثر اس اسٹور سے شاپنگ کرنے جاتا تھا اس دوران جبکہ سے بھی گپ شپ ہو جاتی۔ ہر ملاقات میں وہ کسی نہ کسی نئی گرل فرینڈ کی

پیشہ کا احترام برطانیہ میں بارہ درجوں تک تعلیم لازمی ہے اور حکومت بلا معاوضہ اس کا انتظام کرتی ہے۔ ان بارہ درجوں میں اعلیٰ ثانوی تعلیم کو وہاں G.C.S.C یا General Certificate of Secondary Education کہا جاتا ہے۔ جبکہ کی عمر کوئی سولہ یا سترہ سال کی ہوگی۔ جبکہ جی سی ایس سی کا طالب علم تھا اور ایک ریٹیل (یا

غلطی سے اس طرف نکل آئے ہیں۔
"غلطی سے نہیں آئے، بلکہ قصداً بھیجے گئے ہیں۔"
شیخ نے ایک خاص ادائے بے نیازی کے ساتھ کہا۔
"شیخ! یہاں تو سانس لینا بھی دشوار ہے۔" درویش، زنان بازاری کی بستی میں بہت زیادہ گھٹن محسوس کر رہے تھے۔
شیخ نے فرمایا۔ "ہمارا قیام عارضی نہیں۔ یہاں درویشوں کا ڈیرا مستقل ہو گا۔۔۔ اور اللہ اپنی مہربانی سے اس بستی کی تمام غلطیتیں دور فرما دے گا۔"

خدمت گار اپنے شیخ کے فراموشات سن کر بظاہر مطمئن ہو گئے تھے مگر وہ دلی طور پر اس خاموش کشیف و غلیظ فضا میں عجیب سی غلش اور بے چینی محسوس کر رہے تھے۔ (جباری ہے)

ہو گا کہ اللہ کا نام بلند ہو رہا تھا۔ تمام فقیروں نے تمیم کیا اور باجماعت نماز کے لیے کھڑے ہو گئے۔
نماز کے بعد کچھ روشنی پھیلی تو آبادی کے نام پر کچھ فاصلے پر چند گھر نظر آئے۔ عقب میں ایک کچا قلعہ جس سے سندھ کے لوگ بھی پوری طرح واقف نہیں تھے۔ لگتا تھا یہ علاقہ نہایت پیش ماندہ ہے کیونکہ دور دور تک سرسبز و شادابی کا کوئی نشان نہیں تھا۔ یہی وہ علاقہ تھا جہاں پہلے آپ کے مرشد اور پھر بوعلی شاہ قلندر نے آپ کو تشریف لے جانے کی تلقین کی تھی۔

رات آئی تو ان درویشوں کے استغراق میں زلزلہ سا آگیا۔ طبلے اور گھنگروؤں کی جھنکار سے بھی وہ میدان گونجنے لگا۔ مرشد تو محویت کے عالم میں تھے لیکن مرید پریشان تھے۔

رات گئے تک یہ شور جاری رہا۔
یہ کیسا شور تھا، یہ کیسی آوازیں تھیں معلوم تو کیا جائے۔ آخر رات گزر گئی۔ پھر صبح ہوئی تو خدمت گار صورتحال جاننے کے لیے محلے میں پہنچے اور معلومات حاصل کرنا چاہیں۔

"بابا! آپ لوگ یہاں کہاں آگئے۔۔۔؟"
"یہ تو ایک ایسی بستی ہے جہاں زیادہ تر ناپنے گانے والے رہتے ہیں۔ اکثر لوگ شراب اور شباب کے رسیا ہیں۔"

درویش حیران و پریشان واپس لوٹ آئے۔ اپنے مرشد سے کہنے لگے۔ "شیخ! یہاں سے جلد از جلد کوچ کر جائیں کہ یہ بستی ہمارے رہنے کے لائق نہیں ہے۔"
"آخر کیوں۔۔۔؟" شیخ نے اپنے خدمت گاروں سے پوچھا۔

خدام نے تمام صورتحال بیان کر دی۔ "ہم لوگ

ڈاکٹر و فارلوسف عظمیٰ کی کتاب
نظر بند اور شہر سے مفاہلت
021-36606329

تفصیل بتا رہا ہوتا یا اپنی پسندیدہ فٹبال ٹیم کے کارنامے سنایا کرتا....

ایک دن غالباً جمعہ تھا، میں اسٹور میں داخل ہوا تو خلاف معمول جیک کو وہاں نہ پایا۔ خیر.... میں نے اپنی مطلوبہ چیزیں لیں اور کیش کاؤنٹر پر پہنچ گیا تو اچانک وہ پیچھے سے نمودار ہوا "ہائے مونی؟؟؟" اس نے مجھے مخاطب کیا۔ اس کو میرے نام کا تلفظ پوری طرح ادا کرنے میں مشکل ہوا کرتی تھی دوسرے شاید ان لوگوں کو عرفیت یا ٹک نیم کی کچھ عادت سی ہے لہذا جیک بھی میرے سیدھے سادہ سے نام کو مختصر کر دیا کرتا تھا۔ اس سے ایک دو باتوں کے بعد میں نے ایک سوال پوچھا اور اس نے جو جواب دیا وہ بہت غور طلب ہے۔

میں نے پوچھا "جیک کیا ساری زندگی یہ ڈبے اور کارٹن ہی اٹھاتے رہو گے یا کوئی اور کام بھی کرو گے۔ تم بڑے ہو کر کیا بننا چاہتے ہو....؟"

میں توقع کر رہا تھا کہ وہ ہمارے بہت سے پاکستانی بچوں کی طرح کہے گا کہ میں ڈاکٹر، انجینئر، بزنس مین یا منیجر بننا چاہتا ہوں۔ میری توقع کے برعکس جیک نے کہا "میں ٹرک ڈرائیور بننا چاہتا ہوں...."

میں نے بھرپور حیرت سے پوچھا "ٹرک ڈرائیور؟؟؟ وہ کیوں....؟؟؟"

اس کے بعد اس نے کہا "میرے اٹکل ٹرک ڈرائیور ہیں۔ وہ ٹرالر لے کر کبھی اسکاٹ لینڈ کبھی ویلز اور کبھی لیور پول جاتے ہیں۔ ان کو ایک گھنٹہ کے بیس پاؤنڈز ملتے ہیں اور ایک ٹور تقریباً بیس سے چالیس گھنٹوں کا ہوتا ہے۔ میرے اٹکل نے اسی کام کے ذریعے کئی گھر اور بہت سارا بینک بیلنس بنالیا ہے۔"

اس کی یہ بات درست تھی کہ برطانیہ میں بہت سے پیشوں میں بڑی آمدنی کے بہت زیادہ مواقع ہیں جیسے

ٹرک ڈرائیور، پلیئر، مینکنگ اور دوسرے فٹبی شعبے.... لیکن میں یہ بات یہاں اپنے قارئین کو اس لیے بتا رہا ہوں کہ میں مغربی معاشروں میں پائے جانے والے کسی پیشے کے احترام کو واضح کرنا چاہتا ہوں.... اس معاشرہ میں ایک نوجوان ڈرائیور بننا چاہتا ہے اور وہ معاشرہ اس کو باعزت پیشہ قرار دیتا ہے۔

اسی سے مزید متاثر کن واقعہ جو میں کبھی فراموش نہیں کر سکتا میں نے برمنگھم کی ایک فیکٹری میں دیکھا۔ ان دنوں یونیورسٹی میں گرمیوں کی چھٹیاں تھیں۔ اس دوران میں نے دو ماہ کے لئے الیکٹرک کولر بنانے والی ایک فیکٹری میں کام کیا۔ اس فیکٹری میں ایک سفید فام سپروائزر تھی جس کا نام کیلی تھا۔ بہت زندہ دل اور خوش مزاج لڑکی تھی۔ عمر کوئی اٹھائیس یا انیس سال کی ہوگی۔ جس ڈپارٹمنٹ میں وہ کام کرتی تھی وہاں کولرز کی فاسٹ پیکنگ ہوا کرتی تھی۔ فیکٹری کے آپریشنز منیجر جارج کا تعلق اسکاٹ لینڈ سے تھا۔ فیکٹری جارج کو بہت پوش تنخواہ اور مراعات دیا کرتی تھی۔ ایک خبر یہ تھی کہ جارج کو سالانہ ڈیڑھ لاکھ پاؤنڈز سالانہ تنخواہ ملتی ہے۔ یہ رقم پاکستانی روپے میں دو کروڑ تیس لاکھ روپے سالانہ بنتی ہے۔ دوسری جانب کیلی تھی جو عام ورکرز سے صرف ایک درجہ زیادہ تھی جس کو سالانہ اکیس ہزار پاؤنڈز (چونتیس لاکھ پاکستانی) ملتی تھی۔ اس تنخواہ سے دونوں کے اسٹیشنس کا اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ کیلی معمولی ورکر تھی جبکہ جارج نہایت اعلیٰ حیثیت کا حامل شخص۔

ایک روز کیلی اپنے ورکرز سے مشینوں کی پیکنگ کروا رہی تھی کہ وہاں سے جارج کا گزر ہوا۔ جارج چلتا ہوا کیلی کے پاس آیا اور اس کے کان میں کچھ کھسر پھسر کرنے لگا۔ کیلی نے اس کی بات سن کر پوچھا "واقعی ایسا ہی ہے....؟؟؟" یہ کہہ کر وہ ایک مشین کے کارٹن کے پاس

گئی اور کچھ دیکھ کر واپس جارج کی جانب آئی۔ ہوا کچھ یوں تھا کہ کسی ورکر نے مشین کے ڈیوں پر معلومات والے اسٹیکرز غلطی سے اٹے چسپاں کر دیئے تھے۔ جارج نے یہ بات دیکھ لی تھی اس لئے بہت اخلاق کے ساتھ کیلی کو بتا دیا۔ اس کے بعد وہ واقعہ پیش آیا جو میرے لئے بہت متاثر کن ہے۔ کیلی آنکھوں میں تشکر لئے جارج کے پاس آئی اور کسی بڑے کی طرح اعتماد کے ساتھ اس کی پیٹھ پیچھتاتے ہوئے کہا "Well done George! You have done a very good job"

تم نے اپنی جاب بہت اچھی طرح پوری کی۔۔۔۔۔ یہ الفاظ اس معاشرہ میں پیشہ کے احترام کی اعلیٰ مثال ہے کہ وہاں ایک عام ورکر کو معاشرہ نے کتنا مان دیا ہے، کتنا بھروسہ اور اعتماد بخشا ہے۔ میں کبھی سوچتا ہوں کہ پاکستان میں رہتے ہوئے کیا ہمارے اندر اتنی جرات ہو سکتی ہے کہ اپنے باس کی کمر پر چھکی دے کر دوستانہ انداز میں کہہ سکیں کہ آپ بطور باس اپنا کام اچھا کر رہے ہیں....؟؟؟؟؟ یہ فرق ہے دو مختلف معاشروں میں ملازمت کے دوران مہیا کئے گئے پراعتماد ماحول اور اعلیٰ قدروں کا....

اسی فیکٹری میں ایک سوپر یا ہمارے الفاظ میں جمعدار کام کیا کرتا تھا۔ وہ ایک سیاہ فام شخص تھا جو کنٹرکٹ پر صفائی کرنے آتا تھا۔ عام طور پر شام چھ بجے آتا اور سات بجے کام کر کے چلا جاتا تھا۔

اس جمعدار کی تین خصوصیات فیکٹری ورکرز میں مشہور تھیں۔

ایک اس کے ہاتھ پر نہایت قیمتی رولیکس کی گھڑی، اس کی مزہ اسپورٹس کار اور اس کار میں کبھی کبھار آنے والی اس کی نہایت خوبصورت سفید فام گرل فرینڈ....

اس جمعدار نے کئی فیکٹریوں میں کنٹرکٹ لے رکھے تھے اور اپنی ساری کمائی ان تینوں شوق پر اڑایا کرتا

تھا.... میرے لئے قابل تذکرہ اس سیاہ فام شخص کا اعتماد تھا جو جارج جیسے اعلیٰ حیثیت افسر کے سامنے بھی ذرا کم نہیں ہوتا تھا اور وہ لوگوں سے ایسے مکمل کر بات کرتا جیسے وہ اسٹیشن میں ایک دوسرے کے برابر ہوں۔ یہ کمال اس جمعدار کا نہیں تھا بلکہ یہ اعتماد اس معاشرہ، حکومت، قوانین اور ماحول نے اس سمیت برطانیہ کے لاکھوں معمولی ملازمت کرنے والوں کو دیا ہے۔

علم کی قدر

لندن میں میرا دوسرا ہفتہ تھا ایک دن میرے دل میں خیال آیا کہ اس شہر کے کتب خانوں کا مشاہدہ کیا جائے۔ روحانی ڈائجسٹ میں کام کرتے ہوئے مطالعہ کی کچھ ایسی عادت پڑ گئی تھی کہ کتاب کے بغیر زندگی میں ادھورا پن محسوس ہوا کرتا تھا۔ روحانی ڈائجسٹ سے عملی وابستگی کے دور میں ہر ہفتہ کم از کم ایک کتاب کا مطالعہ ضرور کیا کرتا۔ اور میرے نزدیک کتاب پڑھنے کا مطلب یہ ہے کہ اس کتاب کو صفحہ اول سے صفحہ آخر تک پڑھا جائے۔ میری یہی عادات اور شوق مجھے اس وقت دنیا کے دوسرے سب سے بڑے کتب خانہ یعنی "برٹش لائبریری" میں لے آیا۔

یہاں ایک اور دلچسپ موازنہ دیکھنے کا موقع ملا۔ آپ لندن کے پبلک مقامات پر دیکھیں لوگوں میں مطالعہ کا خصوصی ذوق و شوق نظر آتا ہے۔ وہاں عام طور پر چلتے پھرتے لوگوں کے ہاتھوں میں کتاب ضرور دکھائی دے گی۔ بس اسٹاپ پر، بسوں اور ٹرینوں میں، اور جہاں بھی کوئی صاحب یا صاحبہ اکیلے ہوں ان کے ہاتھ میں کتاب نظر آتی ہے۔ کچھ دنوں بعد معلوم ہوا کہ اس طرح کے سٹر اسی فیصد قارئین کے ہاتھوں میں موجود کتابیں دراصل ناولز ہوتے ہیں۔ برطانیہ میں ناول نویسی ایک بہت منافع بخش ہے۔ اگر کسی شخص کا ایک ناول مارکیٹ میں



برٹش لائبریری کا بیرونی منظر

ہٹ ہو جائے تو اس کے لیے پاؤنڈز کے دروازے کھل جاتے ہیں اور وہ کچھ ہی دنوں میں امیر ہو جاتا ہے۔ ایک مرتبہ ایک انگریز دوست کو جب میں نے بتایا کہ میں اب تک چھ ناول تحریر کر چکا ہوں تو کہنے لگا ”اب تک کتنے لاکھ پاؤنڈز جمع کر چکے ہو؟“ اس کی یہ بات دراصل اسی تناظر میں تھی کہ وہاں ناول نگار لاکھوں پاؤنڈز کماتے ہیں اور پاکستان کے لحاظ سے کروڑ پتی افراد میں شمار کئے جاتے ہیں۔ اس کے برعکس پاکستان میں لکھنے پڑھنے والوں کا حال بھی کسی سے پوشیدہ نہیں۔ پاکستان کے ایک بہت ممتاز اسکالر تھے، جن کی درجن بھر سے زائد کتابیں پاکستان میں بیسٹ سِلرز شمار کی جاتی تھیں۔ عمر کے آخری دنوں میں وہ صاحب سخت مالی مشکلات میں گرفتار ہو گئے۔ شدید ہے کہ ان دنوں وہ جب کبھی اپنے ناشر کے پاس جاتے تو وہ ان کو کتابوں کے گودام میں لے جاتا اور وہاں ان صاحب کی کتابوں کے ڈھیر دکھا کر کہتا کہ جناب دیکھئے آپ کی کتابیں فروخت نہیں ہوں گی تو آپ کو کہاں سے ادائیگی کروں۔ اسی معاشی کمپرسی کے عالم میں ان صاحب کا انتقال ہو گیا۔ بہر حال ترقی یافتہ ممالک میں علم کی قدر کی جاتی ہے۔ اس کی ایک اعلیٰ مثال برطانوی معاشرہ ہے۔

برٹش لائبریری برطانیہ کا قومی کتب خانہ ہے جو

امریکہ کی لائبریری آف کانگریس کے بعد دنیا کی سب سے بڑی لائبریری ہے۔ اس میں کل پندرہ کروڑ کتابیں، مخطوطات، تحقیقی جرائد، اخبارات، رسائل، میگزین، ساؤنڈ اور میوزک ریکارڈنگز، ویڈیو ریکارڈنگز اور دیگر علمی مواد موجود ہے۔ کراچی کی سب سے بڑی لائبریری لیاقت میموریل لائبریری ہے جس میں ایک لاکھ اکھتر ہزار کتابیں ہیں۔ آسانی کے لئے سمجھ لیجئے کہ برٹش لائبریری کراچی کی لیاقت لائبریری سے اسی گنا بڑی ہے۔ یا لیاقت لائبریری جیسی اسی لائبریری برٹش لائبریری میں سما سکتی ہیں۔

کنگ کمر اس نامی ٹیوب اسٹیشن سے باہر نکلتے ہی برٹش لائبریری تک پہنچنے کے مددگار بورڈز نظر آنا شروع ہو گئے۔ کچھ دیر تک یوسٹن روڈ پر چلنے کے بعد میں ایک سرخ رنگ کی پروکار عمارت کے سامنے پہنچ گیا جس پر جلی حروف سے برٹش لائبریری تحریر تھا۔ بہت سحر انگیز آرکیٹیکچر ہے جو تعمیراتی ڈیزائن میں اپنی مثال آپ ہے۔

اس عالیشان عمارت کے اندر داخل ہونے کے بعد میں کچھ دیر یہی سوچتا رہا کہ کس حصہ میں جاؤں....؟

ایک جگہ استقبال لکھا ہوا تھا۔ وہاں ایک ادھیڑ عمر لیکن نہایت نفیس انگلش خاتون اپنے چہرے پر مسکراہٹ

لے موجود تھیں۔ میں نے کہا کہ مجھے ممبر شپ حاصل کرنا ہے۔ انہوں نے مجھے دوسری منزل پر جانے کے لئے لفٹ کا رستہ سمجھایا۔ شاید میں اس عمارت کے رعب سے نہیں نکل پایا تھا یا کیا وجہ تھی بہر حال میں اشارہ صحیح طرح سمجھ نہیں سکا وہ خاتون میری کیفیت بھانپ گئیں انہوں نے مجھے اپنے ساتھ لیا اور ایک لفٹ کے سامنے آکھڑی ہوئیں۔ وہاں سے مجھے روانہ کر کے واپس استقبالیہ کی جانب چلی گئیں۔

ممبر شپ کے لئے چھوٹے ہال نما کمرے میں پہنچا جہاں مجھے ایک نہایت بااخلاق اور بامضاع انگلش صاحب نے خوش آمدید کہا پھر ایک مشین کی طرف اشارہ کر کے کہا کہ ”وہاں سے اپنے نمبر کا ٹکٹ لے لیں اور اپنی باری کا انتظار کریں۔“

میرا نمبر آیا تو وہی صاحب میرے پاس آئے اور مجھے اپنے کمپیوٹر کے پاس لے گئے۔ برٹش لائبریری میں ممبر شپ مفت ہوتی ہے۔ لیکن اس کے لیے اپنے شناختی کاغذات اور رہائش کا ثبوت دینا پڑتا ہے۔

جب انہوں نے ممبر شپ کی شرائط بتائیں تو میرا منہ ٹٹک سا گیا۔ میں نے کہا:

”مجھے برطانیہ آئے ہوئے بھی صرف ایک ہفتہ ہوا ہے۔“

”کوئی مسئلہ نہیں ہے“ ان صاحب نے کہا ”ہم آپ کو عارضی ممبر شپ دیئے دیتے ہیں جس کے ذریعہ آپ کتابیں ایشو کروا کر مطالعہ کر سکتے ہیں لیکن آپ کو کتاب گھر لے جانے کی سہولت نہیں ہوگی۔ آپ اپنا پاسپورٹ دے دیجئے تاکہ میں اس کی فوٹو کاپی اپنے ریکارڈ میں رکھ سکوں۔“

اس کے بعد مجھے منوں میں ایک ڈیجیٹل کوڈ والا کارڈ جاری کر دیا گیا جس پر میرا فوٹو بھی انہوں نے اسی وقت لیا

تھا۔ اس تمام عرصہ میں مجھے ایک سنگل Penny بھی خرچ نہیں کرنا پڑی۔ اس سے بھی اہم بات یہ تھی کہ نہ کوئی الجھن نہ پریشانی۔ وہاں موجود اسٹاف آپ کی مشکل کو دور کرنے کی ہر ممکن کوشش کرتا ہے۔

اس کے ساتھ ہی مجھے کراچی ناظم آباد کی ایک لائبریری میں گزارا گیا ایک ذہنی اذیت والا ایک وقت بھی یاد آگیا۔ ایک مرتبہ جب کہ میں روحانی ڈائجسٹ سے وابستہ تھا مجھے ایک مضمون تحریر کرنا تھا۔ میری عادت رہی ہے کہ کوئی بھی موضوع زیر بحث لانے سے پہلے اس پر چند ایک کتابیں ضرور پڑھتا ہوں تاکہ موضوع پر مطلوبہ معلومات اور تحریر کو مضبوط پس منظر مل سکے۔ مجھے اس وقت مضمون کی تیاری کے لیے کوئی سیر حاصل کتاب نہیں مل پارہی تھی۔ چنانچہ میں اس لائبریری میں چلا گیا۔ وہاں دو پختہ عمر کے صاحبان خدمات فراہم کرنے کے لئے موجود تھے۔ میں اسی وقت روحانی ڈائجسٹ سے چھٹی کر کے براہ راست آیا تھا۔ مجھے دیکھتے ہی ان دونوں کے سپاٹ چہروں پر ناگواری آگئی۔ میں نے اپنا تعارف کرایا اور مدعا بیان کیا تو بولے ”لائبریری کے بند کرنے کا وقت آگیا ہے کل آئیے گا“ میں دوسرے دن وقت سے پہلے پہنچا تو اس روز بھی وہی ناگواری دکھائی دی۔ پورے کتب خانہ میں ہو کا عالم تھا۔ کوئی ایک بندہ بھی موجود نہیں تھا پھر بھی مجھے وہ دونوں بار بار نظر انداز کر رہے تھے۔ بہت کہنے سننے پر انہوں نے ایک بوسیدہ سار جیسٹر مجھے پکڑا دیا کہ اس میں سے اپنی مطلوبہ کتاب تلاش کر لیں۔ دلچسپ بات یہ ہوئی کہ مجھے اپنے موضوع پر بہت نادر کتاب مل گئی۔ میں نے اس کا نام لکھ کر لائبریری کو دیا۔ انہوں نے دھول سے اتنی ایک الماری کو کھولا اور کتاب مجھے پکڑا دی۔ اس عرصہ میں وہ صاحب جس سستی اور ناگواری کا اظہار کرتے رہے وہ ایک علیحدہ موضوع ہے۔ خیر وہ کتاب بہت

ملازمت پیشہ خواتین

ایک زمانہ تھا خواتین کسی ناگزیر معاشی مجبوری کے تحت گھر کی چار دیواری سے باہر قدم نکالتی تھیں، مگر اب

دباؤ میں مبتلا کیوں؟

کیونکہ بچے کی ابھی تربیت اس کی توجہ کی محتاج ہے۔

خواتین کی کثیر تعداد صرف معاشی مجبوری کے تحت کام نہیں کر رہی خواتین سمجھتی ہیں کہ جس معاشرے میں وہ رہتی ہیں وہاں اپنی صلاحیتوں اور قابلیتوں کا استعمال کر کے معاشرے میں اپنی حیثیت منوائی جائے۔ یہی وجہ ہے کہ آج خواتین زندگی کے مختلف شعبوں میں ایک مستعد اور فعال کردار ادا کر رہی ہیں لیکن اگر ملازمت پیشہ خاتون جو شادی شدہ ہونے کے ساتھ ساتھ ماں بھی ہو اور ایسی صورت میں مرد و عورت کے دباؤ کو مزید سنگین بنا دیتا ہے، خصوصاً ماؤں کے لیے۔ شادی شدہ خواتین کی ملازمت کرنے کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں۔ خوش حال گھرانوں سے تعلق رکھنے والی بعض

دفتری اوقات کار اور گھریلو کاموں میں کسی مددگار کا نہ ہونا ملازمت پیشہ خواتین کے دباؤ کو مزید سنگین بنا دیتا ہے، خصوصاً ماؤں کے لیے۔ شادی شدہ خواتین کی ملازمت کرنے کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں۔ خوش حال گھرانوں سے تعلق رکھنے والی بعض



برمنگھم سینٹرل لائبریری کی عمارت

کام کی تھی۔ میں نے ممبر شپ کا پوچھا تو کہنے لگے ہمارے ہاں ممبر شپ نہیں ہوتی آپ صرف یہاں پر بیٹھ کر ہی کتاب پڑھ سکتے ہیں۔ ساتھ نہیں لے جا سکتے۔ میرے پاس وقت بالکل نہیں تھا چنانچہ عرض کیا کہ مجھے مخصوص صفحات کی فوٹو اسٹیٹ کاپی کر دیں تو کہنے لگے کہ فوٹو کاپی مشین عرصہ ایک ماہ سے خراب ہے۔ میں نے کہا کہ باہر سے فوٹو کاپی کروادیں تو

کے عادی تھے۔ ایک مرتبہ مصروفیت یا پوری کتاب پڑھنے کی وجہ سے کتب خانہ سے کتاب کو واپس کرنے میں کچھ تاخیر ہو گئی۔ لائبریرین نے تاخیر پر جرمانہ عائد کر دیا میجر عزیز بھٹی نے جرمانہ ادا کر دیا اور مسکرا کر کہا: ”ایک تو عزیز بھٹی آپ کی کتاب کا مطالعہ کرے اور

کے غرض میں نے پریشان ہو کر کانوں کو ہاتھ لگالیا کہ اب یہاں نہیں آؤں گا۔ اسی تذکرہ میں مجھے برمنگھم سینٹرل لائبریری بھی یاد آئی۔ اپنے ایم فل کے مقالہ کا ایک باب میں نے اس لائبریری میں جا کر وہاں موجود کتابوں سے استفادہ کر کے تحریر کیا تھا۔ اس لائبریری میں پہلے روز بس میں نے اتنا بتایا تھا کہ میں ایک ریسرچر ہوں۔ اس کے بعد اسٹاف نے معمول بنالیا تھا کہ جس حد تک ممکن ہو میرے ساتھ تعاون کیا جاتا۔ یہاں تک کہ میں ان سے کہتا کہ مجھے فلاں موضوع پر آپ کے ہاں موجود کتابوں کی لسٹ چاہیے تو اس کا کمپیوٹر پرنٹ آؤٹ بھی مجھے اپنی میز پر دے دیا جاتا اور پھر مطلوبہ کتابیں بھی وہیں مہیا کر دی جاتیں۔ پھر میں اس پر گویا کہ نخرے بھی دکھایا کرتا کہ یہ نہیں بلکہ یہ کتاب چاہیے اور مجال ہے جو اسٹاف کے چہرے پر ناگواری کا کوئی ایک رنگ بھی آیا ہو۔

اوپر سے آپ اس پر جرمانہ عائد کر دیں یہ کہاں کا انصاف ہے“ بات واقعی درست ہے کہ کتاب کا اصل احترام پیدا ہوتا ہے کہ ان کی ہے کہ اسے پڑھا جائے تاکہ خوبصورت الماریوں کی زینت غیر موجودگی میں گھر بنادیا جائے جہاں کوئی اسے پڑھنے والا نہ ہو۔

(حباری ہے اور نگہداشت کون کرے...؟ کیا ایک ماں کے لیے یہ ممکن ہے کہ دو کام کی دباؤ سے غصے کے ساتھ اپنے بچوں سے

آپ نے مکان کا منگھٹ کے قاری ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ..... اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

اسی بات پر مجھے نشان حیدر کے حامل پاکستانی ہیرو میجر عزیز بھٹی شہید کا ایک واقعہ یاد آ گیا۔ میں نے کہیں پڑھا تھا کہ میجر صاحب باقاعدگی سے مطالعہ کرنے



بچوں کے لئے شہرہ روزانہ کی بنیاد پر وہ تھیں یہ ایسی ضروریات نہیں جنہیں چھٹی کے دن تک بالا جاسکے۔ اگر آپ ملازمت پیشہ ماں ہیں تو حقیقی امکان اپنے بچے کے لئے ایک سفر کو بھی بچے کی ذمہ داریاں پوری کرنے میں شریک کریں۔

خواتین اپنے بچوں کے بڑے ہو جانے کے بعد چاہتی ہیں کہ گھر میں بے کار وقت ضائع کرنے سے بہتر ہے کہ اس کا کوئی صحیح مصرف تلاش کیا جائے لیکن اکثریت کو اپنی ضروریات کی تکمیل کے لیے ملازمت کرنا پڑتی ہے اور وہ اپنی ملازمت جاری رکھتی ہیں تاوقتیکہ ان کے بچے بڑے ہو جاتے ہیں۔ ایسی خواتین جن پر بیک وقت گھر اور دفتر کی ذمہ داریاں ہوں وہ ذہنی طور پر خود کو مجرم سمجھتی ہیں۔ انہیں یہ خیال پریشان کرتا ہے کہ شاید وہ اپنے بچوں کو زیادہ وقت نہیں دے پارہی ہیں اور اس مسئلہ میں خواتین مردوں کے مقابلے میں خود کو زیادہ قصور وار گردانتی ہیں۔ کیونکہ روایتی طور پر انہیں بچوں کا نگراں سمجھا جاتا ہے۔ مرد و عورت کے کردار پر سماجی رویہ اگرچہ کسی حد تک تبدیل ہو چکا ہے لیکن آج بھی یہ ماؤں کا فرض سمجھا جاتا ہے کہ وہ بچوں کی دیکھ بھال کرے اور گھر بھی سنبھالے۔ ملازمت پیشہ خواتین سے یہ توقع رکھی جاتی ہے کہ جب وہ گھر لوٹیں تو وہ نہ صرف رات کا کھانا تیار کریں، بچوں کو ہوم ورک بھی کرائیں، گھر کی صفائی کریں، اگلی صبح کے لیے لُنج بکس تیار کریں وغیرہ۔ لیکن یہاں سوال محض روایتی اور جدید رویوں کے متضاد ہونے کا نہیں بلکہ اس نفسیاتی دباؤ کا ہے جو ان توقعات پر پورا نہ اترنے کے بعد گھر اور دفتر دونوں کے انتظام میں نااہلی اور ناقابلیت کے احساس سے پیدا ہوتا ہے۔

خواتین میں نفسیاتی دباؤ

اکثر خواتین معاشی مجبوری کے تحت فل ٹائم جاب کرتی ہیں۔ مسز علی گزشتہ چھ سال سے ایک پرائیوٹ کمپنی میں بطور سیکرٹری ملازمت کر رہی ہیں اور پانچ سالہ بچے کی ماں بھی ہیں۔ ان کا کہنا ہے۔

”میں معاشی مجبوری کی بنا پر ملازمت کر رہی ہوں۔ میرے شوہر کی آمدنی گھر کے اخراجات پورے کرنے کے

لیے ناکافی ہے۔ ملازمت کرنے سے پہلے میں نے اور شوہر نے ہر پہلو پر غور کیا کہ بچے پر میری ملازمت کا کیا اثر پڑے گا۔۔۔ ہم اپنے بچے کی تعلیم اور ضروریات پر زیادہ پیسے خرچ کر سکیں گے وغیرہ لیکن جب میں نے دفتر پر شروع کیا تو ہر وقت ایک احساس جرم ساتھ رہتا۔ اگر میرے بچے کو کھانسی یا زلہ ہو جاتا تو مجھے اس میں اپنا قصہ نظر آتا۔ اگر وہ بد تمیز یا جھلیا ہوا ہوتا تو میں سمجھتی کہ اس وجہ سے ہے کہ میں اسے دن بھر کے لیے اکیلا چھوڑ دیتی ہوں۔ کبھی میں اس کے ساتھ پیار محبت سے پیش آتی ہوں تو کبھی اس کے ساتھ سخت اور درشت رویہ اختیار کرتی ہوں اگر کبھی آفس میں دیر ہو جائے تو بیٹے کو بہلا کے لیے آکس کریم یا پیرا کھانے کے لیے لے جاتی ہوں لیکن دوسرے دن اس کی پیرا کھانے کی فرمائش مجھے ناگوار گزرتی ہے اور میں اسے بری طرح ڈانٹ دیتی ہوں۔ جب میرا دن اچھا گزرتا ہے تو میں اسے خوب گلے لگا کر یاد کرتی ہوں۔ مگر جب دن بد مزگی میں گزرے تو میرا دل چاہتا ہے کہ خود کو ایک کمرے میں بند کر کے خوب زور زور سے چلاؤں، اس وقت میں بیٹے کے ساتھ بالکل کھیلنا پسند نہیں کرتی۔ دوسرے الفاظ میں دفتری زندگی میری ذاتی زندگی پر بری طرح اثر انداز ہو رہی ہے۔“

بینک آفیسر کیا کہتی ہیں۔۔۔؟

”میں ان ماؤں میں سے ہوں جو رات گئے بچوں کو ہوم ورک کرواتی ہیں اور امتحانات سے پہلے تمام مضامین کی تیاری کرواتی ہیں“ یہ خیالات ہیں مسز فرقان کے۔ ایک بینک آفیسر ہیں۔ ”میرے شوہر فرقان بہت اچھے انسان ہیں۔ وہ گھریلو ذمہ داریوں میں میرا ہاتھ بٹاتے ہیں لیکن بچے اپنی ضروریات کے لیے میری جانب دوڑتا ہے۔ کیونکہ ان کا خیال ہے کہ یہ میری ذمہ داری ہے کبھی وہ اسپورٹ ڈے کے لیے ٹی شرٹ خریدنے کے لیے

مجھے بازار لے جاتے ہیں تو اپنا ہوم ورک بھی مجھ سے ہی چیک کرواتے ہیں۔ میرے شوہر مجھ سے کہتے ہیں کہ میں نے بچوں کو بگاڑ دیا ہے، انہیں آزاد اور خود مختار بننا چاہیے لیکن میں چاہتی ہوں کہ بچوں کو یہ معلوم ہونا چاہیے کہ میں ان کی زندگی کی چھوٹی سی چھوٹی ضروریات کا بھی خیال رکھتی ہوں۔ انہیں احساس رہے کہ دفتری مصروفیات میرے اور ان کے درمیان حائل نہیں ہو سکتیں۔“

دفتری کام میں دل نہیں لگتا۔۔۔؟

ایسی خواتین جو کل وقتی ملازمت کرتی ہیں ان پر شدید پیشہ ورانہ دباؤ ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر دفتر میں میٹنگ ہو رہی ہو جس میں اگلے سال کے بجٹ کا خاکہ مرتب کیا جا رہا ہے۔ عین اس وقت آپ دل ہی دل میں دعا مانگ رہی ہوں کہ آپ کے بیٹے نے لُنج کر لیا ہو یا کہیں وہ باہر کھینے اکیلا نہ چلا گیا ہوں۔ گویا آپ میٹنگ میں ہونے والی بجٹ پر دھیان نہیں دے پارہی ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ اٹھ کھڑی ہوں اور کہنے لگیں۔

”معاف کیجئے گا یہ بحث کسی اور دن نہیں ہو سکتی۔ کل میرے بیٹے کا سٹری نیسٹ ہے۔“ جیسا کہ مسز طاہر کے ساتھ ہوتا ہے۔ ان کا کہنا ہے۔ ”دفتر میں میرا ذہن بالکل بند ہوتا ہے۔ کیونکہ مجھے معلوم ہوتا ہے کہ میرا بیٹا میرے بغیر کھانے پر آمادہ نہیں ہو گا۔ وہ چاہتا ہے کہ میں ہر وقت اس کے ساتھ رہوں اور اسے اپنے ہاتھ سے کھانا کھلاؤں، جو فی میٹنگ ختم ہوتی ہے۔ میں گھر جلد از جلد پہنچنے کی کوشش کرتی ہوں تاکہ اس کے ہونے سے پہلے گھر پہنچ جاؤں لیکن اکثر گھر پہنچتے تک وہ میرا انتظار کرتے کرتے سوچا ہوتا ہے۔ جو میرے لیے انتہائی دکھ اور تکلیف کا باعث بنتا ہے۔“

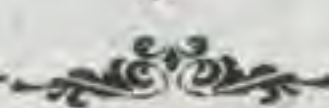
گھریلو پریشانیاں گھر تک رکھیں ملازمت پیشہ ماؤں کے لیے مشکل یہ ہے کہ وہ ذہنی

طور پر گھریلو الجھنیں اور معاملات دفتر میں نہ لے آئیں اور یہ بھی لازمی ہے کہ وہ انہیں بھول کر صرف اور صرف دفتری کاموں پر توجہ دیں۔ عموماً دفتر میں خواتین سے بھی وہی کام لیا جاتا ہے جو مرد سے لیا جاتا ہے، ان سے توقع کی جاتی ہے کہ وہ سفر کریں۔ میٹنگوں میں دیر تک شریک ہوں، دفتر کے مطلوبہ اہداف اور مقاصد پورے کریں لیکن جب وہ گھر میں داخل ہوتی ہیں تو بچوں اور گھر کی ذمہ داریاں ان کی منتظر ہوتی ہیں اور وہ چہرے پر مسکراہٹ سجائے کسی تھکن کا اظہار کیے بغیر انہیں سنبھالنے کی کوشش کرتی ہیں۔

شریک سفر کو بچے کی ذمہ داریوں

میں شریک کریں

بچوں کے تقاضے روزانہ کی بنیاد پر ہوتے ہیں۔ یہ ایسی ضروریات نہیں جنہیں چھٹی کے دن تک ٹالا جاسکے۔ اگر آپ ملازمت پیشہ ماں ہیں تو حتی الامکان اپنے شریک سفر کو بچے کی ذمہ داریاں پوری کرنے میں شریک کریں۔ بچوں کی پرورش میں ابتداء ہی سے انہیں ذہنی طور پر تیار کریں کہ وہ اپنی ضروریات کی تکمیل میں ماں اور باپ دونوں سے توقعات وابستہ رکھتے ہوئے نہ صرف اپنے لیے بلکہ والدین کے لیے بھی زندگی کو آسان بنائیں۔



اولیاء اللہ کی تعلیمات کو عام کرنے

اور مثبت طرز فکر کی ترویج کے لیے

رومانا فاؤنڈیشن

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔

سہا سہو کے جھگڑے اگر
وقت پر نہ نمٹائے جائیں تو سنگین
صورتحال اختیار کر جاتے ہیں۔
خواتین اپنے طور پر خوش فہمی
میں مبتلا ہو سکتی ہیں۔ بہنیں
ہوں ماں بیٹی ہوں، نند بھابھی
ہوں یا پھر سہا سہو ان رشتوں
میں اونچ نیچ ہو سکتی ہے۔ بہو اگر
خود کو مظلوم سمجھ لے تو اسے ہر
شخص خاص طور پر سہا سہا اپنی
دشمن لگتی ہے۔ دراصل ہماری



رشتے احترام سے قائم رہتے ہیں

سہا سہو کی لڑکیوں کی سوچ
اور ان کے کردار کو اسی انداز میں
فہم لیتی ہے۔

ہر تعلق اور رشتہ نبھانے
سے نبھتا ہے....

ایک مفکر کے بقول رشتوں
کی مٹھاس برقرار رکھنے کے لیے انہیں ناموں سے آزاد
کر دینا چاہیے یعنی اگر سہا سہو کو ماں سمجھ لے تو گھر میں
امن و امان رہے گا۔ سہا سہو کو اپنی بیٹی مانے تو اس
کے قریب ہو سکتی ہے۔ اصل حقائق یہ ہیں کہ نئی اور پرانی
نسل کے مابین حائل یہ دیوار بڑھتی ہی چلی جا رہی ہے۔
معاشرتی اقدار بھی اب تک وہی ہیں۔

مرزا کو گھر کے سربراہ کی حیثیت حاصل ہے اور
عورت کو گھر اور چار دیواری تک محدود رہنے کی نصیحت
آج بھی کی جاتی ہے۔ رشتہ چاہے کوئی بھی ہو اس کے
اثرات ایسے ہونے چاہئیں کہ سب خوش رہیں۔ یہ رشتے
اور تعلقات ہی تو ہوتے ہیں جو سب کے لیے اچھے یا برے،

تھج یا خوش کن تجربات
بناتے ہیں۔ یاد رکھیں رشتوں کو
بوجھ نہیں بننا چاہیے۔ خوشی کے
لحظات جتنے بھی ملیں انہیں منہ می
بند کر لیں۔ جو تعلق خوشی، دلچسپی اور اعتماد سے خالی ہوتا
ہے اسے نبھاتے نبھاتے زندگی تو کٹ سکتی ہے مگر آپ
خوش نہیں رہ سکتے۔ خوش کن تعلقات بھی خود بخود نہیں
بن جاتے بلکہ انہیں بنانے اور پھر قائم رکھنے کے لیے بھی
سخت محنت کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسے مشترکہ خاندانی
نظام میں جہاں مختلف شخصیتوں، ضرورتوں اور مفادات
وغیرہ کا ٹکراؤ ہوتا ہے ایسے گھرانوں میں تعلقات بننے اور
بگڑنے میں ایک لمحہ بھی نہیں لگتا۔ مختصر خاندانی نظام کو
اگر آج کی نسل مثالی مانتی ہے تو اس میں اس کا کوئی قصور
نہیں کیونکہ بسا اوقات بڑے ہی غلطی کر جاتے ہیں۔ اب
یہ خیال عام ہو چکا ہے کہ گھر میں جتنے کم افراد ہوں گے اسی

بچوں پر اپنی مرضی مسلط نہ کریں

ان کی رہنمائی کریں....

والدین اور اولاد کا رشتہ لازوال محبت سے بنتا ہے، اولاد کی پرورش سے لے کر ان کی دیکھ بھال، تعلیم، ملازمت، شادی ہر معاملے میں والدین کا کردار اہم ہے، بچے سب سے زیادہ اپنا وقت گھر پر گزارتا ہے وہ والدین سے ہی قریب ہوتا ہے۔ بچے کے تمام تر معاملات اور دیکھ بھال کی ذمہ داری والدین پر عائد ہوتی ہے۔ جیسے جیسے بچے



بڑے ہوتے جاتے ہیں اور باہر کی دنیا میں قدم رکھتے ہیں ویسے ہی ان کے سوچنے کا انداز بھی بدلنے لگتا ہے۔ ایک وقت ہوتا ہے جب وہ مکمل طور پر اپنے والدین پر انحصار کر رہے ہوتے ہیں اور پھر جب وہ خود مختار ہونے لگتے ہیں تو والدین اور اولاد کے

سدرہ اظہر

مابین اختلافات شروع ہو جاتے ہیں۔ دیکھا گیا ہے کہ وہ بچے جو ہر کام والدین کی مرضی سے کرتے کے عادی ہوتے ہیں جب وہ کوئی کام خود سے یا کسی دوست کی مدد سے کرنے لگتے ہیں تو والدین پریشان ہو جاتے ہیں۔ جبکہ یہ فطری سی بات ہے ہر شخص دوسروں پر ساری زندگی انحصار کرنا نہیں چاہتا۔ ایسے والدین اسے جو اپنے بچوں کو اپنی مرضی اور

”جن گھرانوں میں اولاد کو بے جا آزادی دی جاتی ہے وہاں پر بھی بچے ہر وہ فیصلہ کرتے ہیں جن کا اثر اکثر منفی نکلتا ہے۔“

انہیں اپنی کم مائیگی کا احساس ہوتا ہے۔

ہر انسان کی فطرت مختلف ہوتی ہے مگر ہر رشتے میں اعتدال رکھا جائے میانہ روی اور درگزر سے کام لیا جائے ایک دوسرے کی خامیوں کو نظر انداز کر کے گھر کا ماحول خوشگوار رکھا جائے تو کسی بھی رشتے میں اس قدر سمجھوتے نہ کرنے پڑیں گے کہ وہ رشتے بوجھ معلوم ہوں نہ ہی ان سے گھٹن محسوس ہوگی۔

ہمارے الیکٹرانک اور پرنٹ میڈیا نے بہت سے پوشیدہ معاملات کو لوگوں کے سامنے کھول دیا ہے۔ ہمارے ڈراموں نے متوسط طبقے کی خواتین کو بہت متاثر کیا ہے۔ رشتوں کی نزاکتوں اور احساسات پر بعض میں کہانیاں بنا کر سماج کا منظر نامہ بدل دیا گیا ہے۔

ساس بہو کے رشتے کی انفرادیت یہ ہے کہ دونوں خواتین خود کو مظلوم ظاہر کرتی ہیں اب ایسے میں حالات اکثر قابو سے باہر ہو جاتے ہیں۔ حقیقت جو بھی ہو مگر کسی بھی فریق کو اسے اپنی انا کا مسئلہ نہیں بنانا چاہیے۔ یہ انتہائی خطرناک ہو سکتا ہے رشتے جڑنے کے بجائے ٹوٹنے لگتے ہیں اور آخر کار بکھر جاتے ہیں۔

گھروں کی تربیت کے۔ ساتھ ساتھ اسکول، کالج اور یونیورسٹی کی سطح پر بھی طلباء کو یہ سمجھنا چاہیے کہ ایک دوسرے کا خیال رکھیں اور مثبت طرز فکر اختیار کریں۔ ہر رشتے کو سنبھالنے کی ذمہ داری صرف عورت پر نہیں ڈالنی چاہیے وہ کسی بھی رشتے میں بندھی ہو۔ نہ ہی مرد سے یہ توقع رکھنی چاہیے کہ وہ سب درست کر دے گا۔ رشتے میں آنے والی اونچ نیچ باہمی محبت سے دور کی جاسکتی ہے۔ ہر رشتے اور تعلق میں تمام فریقین کو اپنی کوشش کرنی ہوتی ہے۔ یہ صرف کسی ایک انسان کی کوشش سے نہیں بنتے نہ بگڑتے ہیں۔

قدر سکون اور خوشیاں ہوں گی۔

یہاں یہ امر بھی قابل ذکر ہے کہ ہم نے مختصر فیملی سسٹم کو تو بخوشی اپنایا ہے مگر یہ نہیں سوچا کہ اس کا بچوں پر کیا اثر پڑے گا۔ بہو اپنی ساس نند، دیورانی اور جیٹھانی سے الگ رہ کر خود تو سکون کا سانس لے لیتی ہے مگر وہ اپنے بچوں کو داد، دادی، پچھو پچھو، پچا اور ایسے دوسرے رشتوں کی گرجو شہی اور اپنائیت سے محروم کر دیتی ہے۔

ساس بہو کے جھگڑے کا اصل محور اختیارات کی تقسیم ہے۔ محاورہ ہے کہ تالی دونوں ہاتھوں سے بھتی ہے۔ ساس بہو کے رشتے میں دونوں فریقین کے اپنے اپنے موقف ہوتے ہیں۔ یہ بھی ہوتا ہے کہ کبھی ایک فریق حاوی تو کبھی دوسرا زیر۔ میاں صاحب اگر سارا دن آفس میں سر کھپاتے ہیں تو خاتون خانہ بھی گھر کے جمیلوں اور رشتے داریوں کو نبھاتی ہیں۔ مگر خواتین کو یہ شکایت رہتی ہے کہ میاں صاحب انہیں وقت نہیں دے رہے۔ وہ سارا دن ان کے گھر والوں کی خدمت کرتی ہیں۔ ان سے دور رہتی ہیں اور جب وہ گھر آتے ہیں تو ساس صاحبہ کو بیٹے کے حقوق یاد آ جاتے ہیں۔ ماہر سماجیات کہتے ہیں کہ یہ ایک سائیکل ہے جو ہمیشہ سے یوں ہی چل رہا ہے۔

بات پھر وہی ہے کہ ساس، بہو اور شوہر کو اپنی ذمہ داریوں کا احساس ہونا چاہیے۔ ساس اپنی بہو کے لیے یہ سوچے کہ وہ اپنا گھر چھوڑ کر آئی ہے۔ بہو یہ تسلیم کرے کہ اس کا اصل گھر یہی ہے اور شوہر کو چاہیے کہ وہ دونوں کے حقوق اور مفادات کا خیال رکھے۔ بہر حال اس تمام صورتحال میں سب سے زیادہ Compromise لڑکی کو کرنا پڑتا ہے یہ اس کا اخلاقی فریضہ بھی ہے اور آئندہ زندگی کے لیے خوشی کا پیغام بھی۔ ایسی بھی کئی مثالیں ہیں کہ خواتین اپنی ذات کی نفی کر کے سسرال اور دیگر رشتے داریوں کو نبھاتی چلی جاتی ہیں مگر طویل عرصے بعد

خواہش کے مطابق تعلیم دلاتے اور پھر کیریئر بھی خود چنتے ہیں ان کے بچے نہ چاہتے ہوئے بھی وہ کیریئر لیتا تو لیتے ہیں لیکن خود کو مطمئن نہیں رکھ پاتے۔ ایسی کئی مثالیں ہمارے ارد گرد موجود ہیں کہ جہاں بچوں نے والدین کی خواہش کو پورا کرنے کے لیے میڈیکل یا انجینئرنگ کی تعلیم تو حاصل کی لیکن بعد میں اسے اپنا پرویشن نہیں بنایا بلکہ وہ فیلڈ لہٹائی جو انہیں پسند تھی۔ اسی طرح جب شادی کا معاملہ ہو تو اکثر والدین چاہتے ہیں کہ وہ سی لڑکا یا لڑکی منتخب کریں اور لڑکی کو ملا کر چاہے تو اس وقت والدین کی ناراضگی اور اختلافات کا سامنا ہوتا ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ وہ والدین جو اپنے بچوں کے ہر معاملات میں مداخلت، روک ٹوک کرنے سے باز نہیں آتے۔ بیٹیوں سے ان کے سرسراہ شہر کے حوالے سے ہر لمحے کا احوال لیتا ان کے درمیان اگر کوئی چھوٹی موٹی لڑائی ہو جائے تو فوراً اس میں اپنا کردار ادا کرنے کی کوشش کرنا بیٹیوں کو غلط مشورے دینا ہر وقت انہیں اپنے پاس بلانا یا ان کے گھر جانا اسی طرح بیٹے کے ایک ساتھ آنے جانے، بات چیت دیگر معاملات میں مداخلت اکثر شادیوں کو خراب کرنے کا باعث بنتی ہے۔

اسی طرح والدین جو اپنی اولاد پر بے جا سختی کرتے ہوں۔ تنقید کرتے ہوں یا پھر اپنے بچوں کو یہ احساس شہوت سے دلاتے ہوں کہ ان میں کوئی بھی فیصلہ لینے کی صلاحیت موجود نہیں ہے تو ایسے بچے بڑے ہو کر احساس کمتری میں مبتلا ہو جاتے ہیں اور اپنے کسی بھی معاملے کو ٹھیک سے حل نہیں کر پاتے کیونکہ ان کی فیصلہ سازی کی قوت کمزور یا ختم ہو جاتی ہے۔

یہ صورتحال صرف ان ہی گھرانوں میں نظر آتی ہے جہاں فیصلے کا اختیار صرف والدین کو حاصل ہوتا ہے۔ اس میں کوئی شک و شبہ کی گنجائش نہیں کہ والدین کا تجربہ اولاد

سے کہیں زیادہ ہوتا ہے لیکن اس کے باوجود اولاد کی زندگی کا ہر فیصلہ کرنا اور بچوں سے رائے لیے بغیر صرف حکم صادر کرنا غیر مناسب رویہ ہے۔ اگر والدین بچوں کے ساتھ شفقت اور دوستی کے بجائے سختی و زبردستی اور تنقید اور رویہ اختیار کریں تو مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

کیا والدین کو اپنی اولاد کو سمجھنا چاہیے...؟ یہ ایک ایسا سوال ہے جس کے کئی پہلو ہیں۔ ہمارا ایسا سوال والدین اور نوجوانوں سے تھا کہ کیا والدین کو اپنے بچوں کو Space دینی چاہیے...؟ کیا والدین کو اپنی اولاد کے تمام تر فیصلے خود کرنے چاہئیں...؟ کیا کیریئر، تعلیم اور شادی کے حوالے سے اولاد سے ان کی رائے لینا ضروری ہے...؟ کیا وہ بچے جنہوں نے اپنے والدین کی خواہش کے مطابق ہر کام کیا، جبکہ وہ کتنا کچھ اور چاہتے تھے کیا وہ ان کے لیے فیصلوں سے مطمئن ہیں...؟ کیا بچے کوئی بھی فیصلہ ٹھیک سے نہیں کر سکتے...؟ اولاد بچوں کے ساتھ کیا رویہ رکھنا مناسب ہے...؟ ان سلسلے میں ہم نے کچھ والدین اور نوجوانوں سے رائے بھی طلب کی کہ ان کا اس مسئلہ کے حوالے سے کیا کہنا ہے۔

مسز فاروق (ہاؤس وائف ہیں) کا کہنا یہ ہے "اگر بچوں کے ساتھ رویہ دوستانہ رکھا جائے اور انہیں خود سے قریب رکھا جائے تو ایسے بچوں سے غلطی ہونے کے امکانات خالص کم ہو جاتے ہیں کیونکہ ایسے بچے والدین سے سب کچھ شیئر کرتے ہیں لیکن اگر بلاوجہ بچوں کے چھوٹے چھوٹے معاملات میں مداخلت کی جائے تو ان کی شخصیت ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہو سکتی ہے۔ والدین ساری زندگی تو بچوں کے ساتھ نہیں رہ سکتے پورے اعتماد کے ساتھ لیکن اپنے بچوں کی شخصیت کی تعمیر اس طرح کریں کہ وہ اپنے فیصلوں پر کھڑے ہو سکیں۔ فیصلہ اگر کیریئر، شادی کا ہو اور اگر آپ کے بچے نے انتخاب بھی ٹھیک کیا

ہو تو ان کی خواہش کو مان لینے سے کوئی فرق نہیں پڑتا کیونکہ بعض اوقات والدین کے کیے گئے فیصلے بھی غلط ثابت ہو سکتے ہیں۔ اگر والدین اپنی ہر خواہش دباؤ کے ذریعے اپنی اولاد سے پوری کر دیا کریں گے تو ہو سکتا ہے وہ خواہش پوری تو ہو جائے لیکن پھر وہ بچے ذہنی طور پر اپنے والدین سے بہت دور ہو جائے گا اس طرح رشتوں میں لگاتار عزت ختم ہو جاتی ہے اور پھر گھر جہنم کا نقشہ پیش کرنے لگتا ہے۔"

اس بارے میں شاہد احمد جو ایک پرائیویٹ ادارے سے منسلک ہیں کا کہنا ہے کہ "والدین کو اپنے بچوں کی گرونگ اس طرح کرنی چاہیے کہ وہ اپنی زندگی کے تمام فیصلے خود پھر طریقے سے کر سکیں خواہ وہ کیریئر ہو یا پھر شادی۔ لیکن یہ اسی وقت ممکن ہے جب والدین اور بچوں کے درمیان دوستانہ تعلقات ہوں والدین کو بھی سمجھنا چاہیے کہ ان کے بچے کیا چاہتے ہیں۔ تعلقات بہتر ہوں گے تو فیصلے بھی بہتر ہوں گے۔"

مسز سلیم ہاؤس وائف ہیں ان کا جواب یہ تھا کہ "مولاد کے تمام تر فیصلے والدین کے ہاتھ میں ہونے چاہئیں خاص کر بیٹیوں کے معاملے میں۔ ان کا کہنا ہے کہ بچے کچھ فیصلے نہیں جانتے نہ ہی وہ تجربہ رکھتے ہیں۔ والدین جو فیصلے تجربات کو بنیاد پر کرتے ہیں وہ صحیح ثابت ہوتے ہیں چاہے وہ تعلیم ہو، فیلڈ کا انتخاب ہو یا پھر شادی۔ ہاں البتہ میرا خیال ہے کہ شادی کا فیصلہ اگر میرا اپنی مرضی سے کرنا چاہیے تو مجھے اعتراض نہیں ہو گا لیکن یہ اختیار بیٹی کو حاصل نہیں کیونکہ ہم جس معاشرے میں رہتے ہیں وہاں یہ ٹھیک نہیں کہ لڑکیاں اپنے فیصلے خود کریں۔"

حرا جلیل طالبہ ہیں ان کا اس سلسلے میں جواب تھا کہ "ہم جس معاشرے میں رہتے ہیں وہاں اولاد کے فیصلے والدین ہی کرتے ہیں اور یہ ٹھیک بھی ہے لیکن کچھ

محاطات میں بچوں کے رجحان کو سامنے رکھتے ہوئے اگر والدین تھوڑی نرمی کا مظاہرہ کریں تو یہ اچھی بات ہوگی۔ میں قائل آؤں میں کچھ کرنا چاہتی تھی لیکن والدین کا کہنا تھا کہ قائل آؤں کوئی فیلڈ نہیں اور والدین کی مرضی کے مطابق میں نے کامرس کی فیلڈ چن لی لیکن میں خود کو کسی بھی طور پر مطمئن نہیں پاتی۔"

مسز تیمور انجینئر ہیں اور چاہے کے ساتھ ساتھ گھریلو ذمہ داری بھی بخوبی نبھاتی ہیں انہوں نے اپنا تجربہ بیان کرتے ہوئے کہا کہ انہوں نے تعلیم سے لے کر چاہے اور پھر پسن کی شادی کرنے تک کے تمام فیصلے خود کیے اور آج وہ بہت اچھی زندگی گزار رہی ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ آج وہ جس مقام پر بھی ہیں اس میں ان کے والدین کی تربیت کا بہت عمل دخل ہے۔ ان کے والدین نے ان کو اعتماد دیا اور ان کی شخصیت کو اتنا مضبوط بنایا کہ وہ آج اس قابل ہیں کہ اپنے فیصلوں کو درست ثابت کر سکیں۔

محمد دلاور سوفٹ ویئر انجینئر ہیں ان کا کہنا ہے کہ ان کے گھر میں تمام تر فیصلے ان کے والدین کے ہاتھ میں ہیں اس پر کسی کو اختلاف ہی کیوں نہ ہو۔ تعلیم سے لے کر کیریئر کے انتخاب تک میں ان کے والد کی مرضی شامل رہی۔ وہ ڈاکٹر بننا چاہتے تھے لیکن والد کی خواہش کے مطابق سوفٹ ویئر انجینئر بنے۔ میرا بھائی پسن کی شادی کرنا چاہتا تھا لیکن والد کی ضد کے باعث آخر بھائی کو جھکا پڑا جلدی خواہش اور مرضی کا کوئی احترام نہیں کہ آخری فیصلہ تو والد صاحب کا ہی ہو گا۔

محمد وزاہد منکر ہیں اس بارے میں ان کا کہنا تھا کہ "انہیں بچپن میں پڑھائی سے کوئی دلچسپی نہیں تھی ان کے والدین نے بہت کوششوں اور محنت سے انہیں MBA کروایا تعلیم اور کیریئر کے حوالے سے ان کے والدین ہمیشہ ان سے پریشان رہے لیکن آج وہ سہیل ہیں۔ اس

بجٹ میں بچت ہے

مہینہ چلانے کے لیے منصوبہ بندی خواتین کی ذمہ داری سپیسوں کی بچت

اگر آپ آج
سے بچانے کی
کوشش کرتے ہیں تو

مستقبل کے لیے کئی سہولتوں کی بنیاد رکھتے ہیں۔ کسی بھی
چیز کو بے کار سمجھ کر نہ پھینکیں بلکہ پہلے اچھی طرح دیکھ
کر لیں کہ یہ چیز کسی کام آسکتی ہے۔ فرنیچر یا الیکٹرونکس
آئٹمز کو کسی معمولی نقص کی وجہ سے کباڑ خانے کی نذر نہ
کریں بلکہ کوشش کریں کہ اس کی مرمت کر کے اسے
دوبارہ قابل استعمال بنایا جائے۔ اگر ایسا ارادہ نہ بھی ہو تو
اپنے ارد گرد نظر ڈالیں ہو سکتا ہے جو چیز آپ کے
خود ایک بے کار ہے کسی کے لیے بہت ہی کارآمد
ہو۔ قریبی حلقے میں دیکھ لیں کہ کسی کو
اس کی ضرورت تو نہیں۔

بجٹ بنانے کا طریقہ

بجٹ صرف حساب لگانے کے
لیے نہ بنایا جائے بلکہ اس پر عمل درآمد
کرنا بھی ضروری ہے۔ بجٹ نہ صرف آپ کی
گھریلو معیشت میں مددگار ثابت ہوتا ہے بلکہ آپ کو



محمد ارمین کی یہ ذمہ داری ہے کہ بہتر طور پر مہینہ چلانے کے لیے گھر کا بجٹ ترتیب دیں۔ اس بجٹ کا آغاز بچن کی
ضروریات کو سامنے رکھتے ہوئے اور دیگر گھریلو اشیاء کی لسٹ بنانے سے کرنا چاہیے لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ ایسے مرد و خواتین
جو ملازمت کرتے ہیں وہ بجٹ بنانے کے باوجود بھی بچت نہیں کر پاتے۔ اخراجات اور آمدنی میں توازن رکھنا ہی کسی بھی سلیقہ
شدار گھرانے کی پہلی ترجیح اور خوبی ہونی چاہیے۔ لیکن اکثر لوگ یہی غلطی کرتے ہیں اور نتیجے میں وہ یہ نہیں سوچتے کہ اتنا بے جا
خرچہ ان کو مہینے کے آخر میں مشکل میں ڈال سکتا ہے۔ اس لیے خواتین اور مردوں کی یہ ذمہ داری ہے کہ مہینے کے
آغاز پر ایک بجٹ ترتیب دیں اور اپنی آمدنی اور اخراجات کو سامنے رکھتے ہوئے ہی منصوبہ بندی کریں۔

ہوتا ہے کہ وہاں پر رہنے والا بچہ یہ سوچتا ہے کہ اگر وہ کوئی
بھی کام کرنے لگا یا اپنی مرضی سے کوئی بھی فیصلہ کرے
تو وہ اس کے والدین قبول نہیں کریں گے۔ ایسے گھروں
میں بچے اپنے والدین سے ذہنی طور پر بہت دور ہوتے ہیں
ان میں خوف اور عدم اعتماد ہوتا ہے اور پھر اچانک ہی سے
ان میں بغاوت پیدا ہو جاتی ہے اور وہ ایسے کام کر گزرتے
ہیں جن کا تصور بھی نہیں کیا جاسکتا۔ یہاں دو مختلف رائے
نہیں کہ حد سے زیادہ دی جانے والی آزادی اور بے جا سختی
دونوں ہی بچوں کو بگاڑنے کا سبب بنتی ہیں جن گھرانوں میں
اولاد کو بے جا آزادی دی جاتی ہے وہاں پر بھی بچے ہر وہ
فیصلہ کرتے ہیں جن کا اثر اکثر منفی نکلتا ہے اور جہاں بے جا
سختی، گھٹا ہوا ماحول، روک ٹوک ہو وہاں پر بھی بچے شروع
میں تو خوف زدہ رہتے ہیں بعد میں سرکش اور باغی ہو جاتے
ہیں۔ اس محسوس کئی مثالیں ہمارے ارد گرد موجود ہیں جہاں
والدین یہ سمجھتے ہیں کہ اگر وہ اولاد سے اپنی ہر بات
منوائیں گے تو اس میں کوئی حرج نہیں کیونکہ یہ ان کا حق
ہے اور اگر وہ بچے دباؤ میں یا احترام کے پیش نظر اپنی
خواہشات کو مار کر والدین کا کہنا مانتے ہیں ایسے بچوں کے
والدین اس خوش فہمی میں جی رہے ہوتے ہیں کہ ان کی
اولاد بے حد فرمانبردار ہے لیکن حقیقت میں جس قدر وہ
اولاد اپنے والدین سے بدگمان ہوتی ہے اس کا اندازہ ان
کے والدین بھی نہیں لگا پاتے۔

بچے باہر کی دنیا میں قدم رکھتے ہیں اور دوسرے بچوں
اور ان کے والدین کے رویوں سے اپنے والدین کا موازنہ
کرتے ہیں تو ان میں کئی تبدیلیاں آنے لگتی ہیں۔ یہ
تبدیلیاں مثبت اور منفی دونوں طرح کی ہو سکتی ہیں لیکن
اگر والدین اپنے بچوں کی ضروریات و خواہشات کا خیال
رکھیں تو عین ممکن ہے کہ گھر میں ایک پرسکون فضا قائم

معاملے میں وہ تمام تر کریڈٹ اپنے والدین کو دیتے ہیں کہ
اگر وہ محنت اور صحیح فیصلہ نہ کرتے تو شاید آج وہ اتنے
کامیاب انسان نہ ہوتے۔ ان کا کہنا تھا کہ جب انہوں نے
اپنی پسند کی شادی کا فیصلہ لیا تو ان کے والدین نے اس فیصلے
کو بخوشی قبول کیا۔ محمود کا کہنا ہے کہ اولاد اور والدین کے
درمیان اگر رشتہ دوستی اور انڈر اسٹینڈنگ کا ہو تو کبھی
مشکلات نہیں آسکتیں۔ فیصلہ کوئی بھی ٹھیک لے سکتا ہے
بشرطیکہ فیصلوں کا احترام کیا جائے جو آپ کے اپنے ہاتھ
میں ہو سکتا ہے۔ اگر بات تجربات کی کی جائے تو اس میں
کوئی شک نہیں کہ والدین کا تجربہ اولاد سے بہر حال بہت
ہی زیادہ ہوتا ہے۔ وہ زمانے کی اونچی نیچی کو سمجھتے ہیں اور
کبھی نہیں چاہتے کہ ان کی اولاد کو کوئی تکلیف اٹھانی
پڑے۔ والدین ہر ممکن کوشش کرتے ہیں کہ اولاد کوئی
ایسا کام نہ کرے جس سے نقصان کا اندیشہ ہو لیکن اس کے
باوجود یہ بھی سننے کو ملتا ہے کہ کسی لڑکے یا لڑکی نے
والدین کی مرضی کے خلاف شادی کر لی یا پھر یہ بھی دیکھنے
میں آتا ہے کہ پیشے کے اعتبار سے کوئی ڈاکٹر، انجینئر ہے
لیکن وہ شو بزنس یا صحافت میں اپنا کیریئر بنا رہا ہے لیکن اس
کے باوجود انتہائی مہارت سے اس میں کام کر رہا ہو تا یا ہوتی
ہے۔ بالکل اسی طرح یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ایک اچھے
بچے بڑے گھرانے میں اس وقت لڑائی جھگڑے عروج پر
پہنچ جاتے ہیں جب وہاں کوئی بچہ یہ کہہ دے کہ وہ اپنی
پسند کی شادی کرنا چاہتا ہے اور یا تو وہ شادی اختلافات کی
شدت کے باعث ہو نہیں پاتی یا پھر اگر ہو جائے تو
اختلافات کی نظر بھی ہو جاتی ہے۔ کئی گھرانے اپنی بیٹیوں
کی شادی کی عمر صرف اس لیے نکال دیتے ہیں کہ انہیں
خوب سے خوب تر کی تلاش ہوتی ہے ان کے گھرانوں میں
بچوں کو اختیار یا حق حاصل نہیں ہوتا کہ وہ اپنی مرضی سے
کوئی فیصلہ کر سکیں۔ اسی طرح کئی گھروں کا ماحول اتنا کشیدہ

بجٹ بنانے کا طریقہ

پر جانے سے پہلے بچت ترتیب دیں۔

اس کے علاوہ مہمانوں کے لیے بھی کچھ رقم اپنے بچت میں محفوظ بنالیں۔ بچت کی ترتیب سے آپ کے غیر ضروری خرچے کم ہونے لگیں گے۔

پریشانی کے حالات

پریشانی کب، کیسے، کہاں سے آئے کسی کو معلوم نہیں ہوتا۔ کوئی نہیں جانتا کہ کب کون سا مسئلہ انسان کو پریشانی میں مبتلا کر دے۔ اس لیے مہنگائی کے اس دور میں ضروری ہے کہ بچت کا کچھ حصہ احتیاط کے طور پر بچا کے رکھا جائے تاکہ کسی تکلیف، بیماری یا کسی عزیز کی شادی وغیرہ کے موقع پر کام آسکے۔ ایسی صورت میں بچائی گئی رقم آپ کو بہت بڑی نعمت لگے گی۔

اخراجات پر نظر رکھیں

اگر آپ یہ محسوس کر رہے ہیں کہ آپ بچت نہیں کر پارہے تو آپ کو اپنے اخراجات کی ایک مستقل پلاننگ کرنی چاہیے۔ اخراجات پر قابو پانے کی زیادہ سنجیدگی سے کوشش کرنی چاہیے۔ دیکھا گیا ہے کہ شاپنگ کے دوران بعض اوقات ہم وہ چیزیں بھی خرید لیتے ہیں جو ہماری لسٹ میں شامل ہی نہیں ہوتیں یا کم از کم ان کی کوئی فوری ضرورت نہیں ہوتی۔ جب آپ سنبھل کر چلیں گی تو فضول خرچی کے امکانات بھی کم سے کم ہوتے جائیں گے اور آپ کچھ نہ کچھ بچت کرنے میں ضرور کامیاب ہو جائیں گی۔ ہو سکتا ہے اس ماہ آپ نے کپڑے نہ بنائے ہوں، یا ہو ٹلنگ نہ کی ہو۔ یا بجلی استعمال کرنے میں احتیاط برتی ہو جس کی وجہ سے بل کم آیا ہو تو اس سے آپ کو کچھ سیونگ کرنے میں مدد ملے گی۔ بچت ایک روپے کی ہو یا ایک ہزار روپے کی ہمیشہ فائدہ مند ہوتی ہے اس لیے ہر طرح سے بچت کی کوشش کرنی چاہیے۔

انویسٹ کرنا

انویسٹمنٹ کا آغاز کسی بھی وقت کیا جاسکتا ہے۔ ملازمتی آمدنی والے افراد سیونگ سرٹیفکیٹس، پرائز بانڈ وغیرہ سے بچت کر سکتے ہیں۔ کئی لوگ اسٹاک ایکسچینج میں شیئرز کی خرید و فروخت میں سرمایہ لگانا منافع بخش سمجھتے ہیں۔ بچت کرنے کا طریقہ بی سی ڈالنا بھی ہے، کم از کم آپ اس طرح پابند ہو جاتے ہیں۔ کہ اتنی رقم تو آپ کو ہر حال میں بچانی ہے۔

رینٹاؤڈ افراد

ایسے مرد و خواتین جو ایک طویل عرصے سے ملازمت کر رہے ہیں انہیں اب اپنی رینٹاؤڈ منٹ کے بعد کی زندگی گزارنے کے بارے میں سوچنا چاہیے۔ اس کے لیے آپ کسی چھوٹے کاروبار میں کچھ رقم لگا سکتے ہیں تاکہ ملازمت ختم ہونے کے بعد آپ کے پاس روزگار موجود ہو۔ آپ کو چاہیے کہ کسی سستے علاقہ میں پلاٹ یا فلیٹ بک کر والیں۔ یہ بھی بہترین انویسٹمنٹ ہو سکتی ہے جو آگے چل کر آپ کو یقینی منافع دے سکتی ہے، کیونکہ زمین اور مکانات کی قیمتوں میں اضافہ ہی ہوتا دیکھا گیا ہے۔ دورانہشی اور دانشمندی کا تقاضا ہے کہ آپ اپنے مستقبل پر نظر رکھیں۔

اہم سرمایہ کاری بیمہ پالیسی

مغربی ممالک میں بیمہ پالیسی اہم سرمایہ کاری تصور کی جاتی ہے۔ ان ممالک کے مطابق یہ چیز زندگی اور صحت کے لیے ناگزیر ہے۔ ان ممالک میں ملازمت حاصل کرتے وقت ہی بیمہ پالیسی لے لی جاتی ہے۔ انشورنس کمپنی کے پاس بچے کی پیدائش، تعلیم، ناگہانی صورتحال اور علاج وغیرہ جیسے کاموں کے لیے سرمایہ کاری کے مختلف پلان دستیاب ہوتے ہیں۔

سیدھی سی بات ہے کہ جو آج بچائیں گے کل آپ ہی کے کام آئے گا۔ اس لیے سمجھدار خواتین اور مرد ہونے

کے ناطے آپ کو بچت کی عادت ڈالنی چاہیے۔ کہتے ہیں قطرے قطرے سے دریا بہتا ہے، یہ مت سوچیں کہ سو دو سو یا ہزار روپے بچا کر آپ بہت بڑا معرکہ نہیں کر لیں گے، ایسا سوچیں گے تو بچت کی طرف کبھی نہیں آئیں گے۔ ایک مرتبہ آپ اس طرف اصرار تو دیکھیں، آپ کو خود معلوم ہو جائے گا کہ یہ کتنے کام کی چیز ہے اور پھر آپ کہیں گے کہ یہ خیال آپ کو پہلے کیوں نہیں آیا۔ ایک مہینے سو دو روپے بچائیں گے وہ اگلے ماہ دو سو بچانے کی تحریک ہوگی اور اکثر مہینے کی آخری تاریخوں میں بعض اوقات جس پریشانی سے آپ کا واسطہ پڑتا ہے اس سے بھی بچیں گی۔ مطلب یہ کہ بچت ہی میں آپ کی بچت ہے۔

بچت نہ کرنے کے بہانے

میرے پاس بمشکل اتنی رقم ہوتی ہے کہ میں خاندان کی کفالت اور دیگر اشیاء ضرورت پوری کر سکوں۔ جب میں رقم جمع کرتی ہوں تو میرے شوہر ہمیشہ اسے خرچ کرنے پر اصرار کرتے ہیں، تو ایسی بچت کرنے کا فائدہ....؟ میری آمدنی میں تسلسل نہیں ہے، کبھی ٹیس ہزار کمایا ہوں تو کبھی پندرہ سولہ ہزار۔ ایسے میں بچت کیسے کروں....؟ میری تنخواہ یا آمدنی کا بہت بڑا حصہ قرضوں کی ادائیگی میں چلا جاتا ہے، ایسے میں بچت کا کیسے سوچوں....؟

یوٹیلٹی بلز نے جان عذاب کر رکھی ہے۔ بچوں کی تعلیم کے اخراجات ادا کروں یا بچت کروں....؟ یا میرے تو ہاتھ میں سوراخ ہے۔ ادھر تنخواہ آتی ہے ادھر ختم۔ پتہ نہیں لوگ کیسے بچت کرتے ہیں۔ ارے بھئی پتہ نہیں کب زندگی ساتھ چھوڑ جائے۔ آج کھاپی لیتے ہیں کل کس نے دیکھا....؟

یہ اور اس طرح کی باتیں کئی لوگ کرتے ہیں لیکن جب پریشانی آتی ہے تو خود ہی یہ تسلیم بھی کرتے ہیں کہ یا

کاش میں کچھ بچا لیتا۔ تب حالات بہت اچھے تھے۔ آج کام آجاتے۔

بچت کرنے کی کچھ اور تجاویز

چاہے رقم کتنی کم کیوں نہ ہو ایک طرف پس انداز کرنا شروع کر دیں۔ یعنی روزانہ یا ہفتہ واری آپ دیکھیں گے، رقم میں اضافہ ہوتا رہے گا۔ غور کر کے تمام غیر ضروری چیزوں کی خریداری ترک کر دیں۔ رقم کو محفوظ جگہ رکھیں۔ ترجیحاً گھر سے باہر تاکہ اس تک آپ کی رسائی آسان نہ ہو۔ اس کے لیے ایک بینک اکاؤنٹ بھی کھول لیں۔ بچت و خرچ آپ کی آمدن پر منحصر ہے اور مناسب بچت اسکیم حاصل کرنے سے پہلے سوچ لیں کہ یہ کام بہتر طور پر کیا جاسکتا ہے یا جو آپ اپنے طور پر کر سکتے ہیں۔ آپ ان بچت اسکیموں کو اپنائیں جو آپ کی بچت کے مقاصد سے زیادہ ہم آہنگ ہوں۔

بچت زیادہ سے زیادہ اور جلد از جلد جتنی آپ کر سکتے ہیں ضرور کریں۔ جتنی زیادہ بچت اتنے زیادہ فائدے۔ کسی بھی کام سے قبل آپ آمدنی کا دس فیصد ایک طرف علیحدہ کر دیں۔ اگر آپ فی الحال دس فیصد بھی نہیں کر سکتے تو اس سے قدرے کم بچا کر آغاز تو کر دیں۔ اپنے ہمراہ زیادہ رقم نہ رکھیے کیونکہ اس طرح اس سے زیادہ خرچ ہونے کا خدشہ ہے۔ رقم احتیاط سے خرچ کریں۔ اگر آپ بڑی اشیاء خریدنا چاہتے ہیں تو بار بار غور کریں کہ یہ آپ دوبارہ فروخت کر کے کچھ حاصل کر سکتے ہیں۔ یعنی ان اشیاء کی ری سیل ویلیو کا بھی جائزہ لیں۔

اگر آپ پر قرض ہے تو پہلے اپنا قرض ادا کریں۔ کچھ لوگ مشورہ دیتے ہیں کہ بچانے سے پہلے قرض اتار دو۔ کچھ تجویز کرتے ہیں قرض چکانے کے ساتھ ساتھ بچاتے بھی رہنا چاہیے۔



گھر کو خوشیوں کا گھوڑا بنائیے

کوئی گارنٹی نہیں لے سکتا کہ کسی شادی کی کامیابی کی عمر کس قدر طویل ہو سکتی ہے۔

یہ آج کی بات نہیں، شادی ہمیشہ سے ہی جوا تھی، ہوتا دراصل یہ ہے کہ میاں بیوی بھی وقت اور تجربے کے ساتھ ساتھ بدلتے اور بڑے ہوتے ہیں۔ یہ صرف ظلمانی

اور تصوراتی کہانیوں کا انجام ہوتا ہے کہ پھر وہ ہنسی خوشی رہنے لگے۔ بدلتی ہوئی زندگی، معاشی و تہذیبی ٹکراؤ، ثقافتی و آہستہ آہستہ طرز فکر بھی شادی ٹوٹنے اور گھر کے بکھرنے کی

اگر ماں مدبر نہ ہو اور وہ نباہ نہ کرنا چاہتی ہو تو ایسے گھرانوں میں بچے روتی ہوئی ماں اور پیچھے چلاتے باپ سے ایک ہی سبق لیتے ہیں اور وہ ہوتا ہے بد تمیزی، تشدد اور عدم مفاہمت کا۔

دعوت ہو سکتی ہیں۔ شادی کی کوئی گارنٹی نہیں لے سکتا کہ اس کی کامیابی کی عمر کس قدر طویل ہو سکتی ہے۔ یہ کتنی پائیدار اور محبت بھری ہوگی یا چند برسوں بعد دو رشتے



ایک دوسرے سے منہ موڑ چکے ہوں گے۔ ہمارے ملک میں بھی پچھلے بیس برسوں میں طلاق کی شرح بڑھ گئی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ فیملی کورٹوں میں ہزاروں مقدمات، بچوں کی سرپرستی اور عدالت سے متعلق فیصلوں کے منظر ہیں۔ گھر کے بکھرنے اور

خاندان کے منتشر ہو جانے کا مسئلہ کہاں سے شروع ہوتا ہے۔۔۔؟ جب آپس میں افہام و تفہیم کا رشتہ نہیں رہتا۔ عدم اعتماد، برداشت، شخصیتوں، حرا جوں اور تربیت میں

لیتے تو ضروری نہیں کہ وہ بچے کی ذمہ داری کا احساس بھی کریں۔ ایسے بہت سے والدین موجود ہیں جو بچوں کی خاطر سمجھوتہ نہیں کرتے۔ کچھ مرد لڑکوں کی سرپرستی اور

تحویل پر تھوڑے کر لڑکیوں کو ماں کے ساتھ رہنے دیتے ہیں۔ کچھ اولاد پر دکر کے اپنی جذباتی ضرورتوں کی تکمیل کرنے کے لیے الگ ہو جاتے ہیں اور فی زمانہ کسی ماں کی بھی کسی چیز جو خوار و کچل کو چھوڑ کر نئی یا ہوتا زندگی گزارنے لگتی ہیں۔ اس پورے منظر نامے میں بچوں کا حائر ہونا خطرناک ہے۔ بچے کو مجبوری کھانا یا اس کی تحویل کے لیے عدالت سے رجوع کرنا اس کی شخصیت کو متاثر کرتا ہے۔ یہ شاید خود غرضی امور نہیں جانتے، انہیں بچے کے ذہن میں بھرپور مکمل قائم رہتی زندگی اور گریہ لدا گھر کے تصور اور جنت الارضی کی حقیقت کھینچا نہیں۔ وہ اپنے نیا تجربوں اور بد اخلاقی کے مظاہروں سے اس بات کو توڑ دیتے ہیں۔ جس کے بعد تو انہیں میں محبت کی چاشنی رہتی ہے۔ بد نظموں میں رشتوں کی عزت اور احترام ہی باقی رہتا ہے۔ ہمیں آج ایسے والدین سے مکالمہ کرنا ہے کہ بکھرے ہوئے گھرانے کے بچے جب عمر کے ایک خاص حصے خصوصاً لطف کی عمر کو پہنچتے ہیں تو دوسرے مطمئن گھرانوں اور والدین کی شخصیتوں سے معمور خاندانوں سے اپنی عروسیوں کا سوا نہ کر کے پریشان ہوتے ہیں۔ ان کے ذہنی فکرات کا اثر عمومی صحت پر ہوتا ہے۔

حاضرے میں کئی گھرانے ایسے بھی موجود ہیں جنہیں خراب خانگی زندگی پر مشتمل کہا جاسکتا ہے۔ جہاں دن رات میاں بیوی اپنے اختلافات کو زیر بحث لاتے ہیں۔ بد اخلاقیوں کا مظاہرہ کرتے ہوئے جیتنے چلاتے ہیں۔ اپنی اولاد کے مگر وہ اختلافات کا اہلکار بچوں کے سامنے کرتے ہیں۔ ایسے احوال میں بچوں کی شخصیت منہمک ہوتی ہے اور محبت بھرے رشتوں سے ان کا اعتبار اٹھاتا جاتا ہے۔ وہ سوچتے ہیں کہ کیا ہم کبھی مل جل کر نہیں رہ سکتے۔؟ یا کبھی ہم اچھی طرح بھی رہتے تھے۔ اگر ماں مدد نہ ہو اور وہ جلا کر تباہ چاہتی ہو تو ایسے گھرانوں میں بچے روتی ہوئی

ماں اور جیتنے چلاتے باپ سے ایک ہی سبق لیتے ہیں اور ہوتا ہے بد تمیزی، تشدد اور عدم ممانعت کا۔ کیا آپ اپنی اولاد خود غرضی میں بچوں کو کھو دینا پسند کر سکتے ہیں۔؟ سوچ لیں کہ مختصر سی زندگی میں کتنے تعلیمات اور خدمات پہنچا جاسکتے ہیں۔

رشتوں کے بگاڑ کی ایک صورت اس وقت دیکھنے میں آتی ہے جب بچوں کی تحویل اور سرپرستی کا مسئلہ عدالتوں میں لے جایا جاتا ہے اور من چاہی فیصلہ نہ ہونے کی صورت میں والدین میں سے کوئی ایک فریق اپنے ہی بچے کو اپنا کرتا ہے یا کرنے کی کوشش میں ناکام ہوتا ہے۔

بچے محسوس ہوتے ہیں۔ وہ عمر کے اس حصے میں فیصلہ کرنے کی اہلیت نہیں رکھتے کہ انہیں والدین میں سے کسی ایک کا انتخاب کن بننا ہوں پر کرنا ہے۔ وہ طلاق کی اہلیت جانتے ہیں۔ نہ انہیں مذہب اور معاشرے کے ضابطوں اور قوانین کا علم ہی ہوتا ہے۔ وہ شروع شروع میں یہ تصور بھی نہیں کر پاتے کہ والدین الگ بھی رہ سکتے ہیں یا ان کے سامنے بچوں کی حیثیت ثانوی بھی ہو سکتی ہے۔ بچوں کی شخصیت پر بکھرے ہوئے خاندان کے کئی اچھے اثرات مرتب نہیں ہوتے۔ یہ بات والدین کو بخیر ملنی چاہیے مثلاً اگر کسی بچی کو ایسے والدین سے رابطہ ہ جائے تو اس کی جذباتی اور نفسیاتی تالیس تھلک بچے کا گھر اور باہر کہاں کہاں سے نہیں ٹوٹے گی۔۔۔؟ لہذا صورت میں کہ جب اسے جتنی ماں پیلاپ کے ساتھ ساتھ کسی سوتیلی ماں پیلاپ کے ساتھ زندگی گزارنی پڑے تو اسے مسائل سامنے آسکتے ہیں۔ ممکن ہے کہ وہ بچہ کی جائے اسے قبول نہ کیا جائے۔ نئے خاندان میں اس کے ساتھ استوار نہ ہو سکیں۔

پہلے تو اسے بھی ایسے مسائل سے جتنا پڑ سکتا ہے بچپن میں مصروف خواہشوں کی تکمیل نہ ہو تو بھی حسب

کے یہاں جیتنے میں عروسیوں کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ جس بچے کی شخصیت کی تعمیر میں توازن اور تربیت نہ ہو، اس میں اتنی جذبے پہنچتے ہیں۔ وہ ساتھ ساتھ اس پر تشدد کر سکتا ہے۔ جذباتی بدکامی کر سکتا ہے۔ یہ سائنس دانوں کی بکھری ہوئی شخصیت کو ظاہر کرتے ہیں۔ لیکن بہت سے سوالوں کا جواب اتنی کم عمری میں نہیں ملتا۔ آج کل کئی بچے دیکھے جاتے ہیں کہ سرگرمیاں رکھتے والے افراد کے ہتے چڑھتے ہیں جو غیر اخلاقی حرکات اور جرائم میں انہیں ملوث کر دیتے ہیں۔

والدین کو اپنی زندگیوں میں بچوں کے لیے اتنا وقت ضرور نکالنا چاہیے کہ وہ انہیں بہتر حال اور اچھا مستقبل دے سکیں اور صرف وہ بچے سے ہی ان کی ضروریات نہ پوری کریں۔ انہیں جذباتی سہارا بھی دیں۔ مثلاً ایک بچے باپ کی اگلی فٹ سے پہلے دن اسکول جانا یا سڑک پار کرنا اپنے لیے بہترین تجربہ یا جذباتی ضرورت سمجھتا ہے۔ اس سے اسے نفسیاتی تسکین اور خوشی ملتی ہے جو اس کی شخصیت کے حکموں کو رد کرتا ہے۔ اسی طرح ماں کے ساتھ کوئی نہ کوئی جذباتی وابستگی کی مثال دی جاسکتی ہے لیکن اس صورت میں جب دونوں میں سے کوئی ایک فریق موجود نہ ہو تو کیا ہوگا۔؟ یہ کئی عروسی کی جو شکل اختیار کرے گی۔ اس کا تذکرہ کیسے ممکن ہے۔ ایسے جذباتی تعلقات بچے کو تنہا چھوڑ دیتے ہیں۔ جس سے اس کی تعلیمی کارکردگی خراب ہوتی ہے۔ دوستوں میں اپنی مقبولیت کھو سکتا ہے اور اس کی ذہنی زندگی قفل پھنسل ہو کر رہ جاتی ہے۔

نفسیاتی ماہرین کے خیال میں بچے عمر کی پہچنی کو پہنچ کر والدین کے بچے کے متعلق کو اس سلسلے بشمول کی جو سمجھتے ہیں ماں باپ میں سے کسی ایک سے نفرت کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ اس سے قطع نظر ممکن تو یہ بھی ہے کہ ایسا بد نظموں اور والدین کی امتیاز یا ضرورتوں کا

احساس کر لیں۔ خود اپنا حیلہ دکھنا شروع کر دیں اور زندگی کو ناکامی سے تعبیر کرنے کے بجائے صحت مند خطوط پر گزارنا شروع کر دیں۔ لیکن کوئی بچہ ایک دن میں 180 ڈیگرے وارہ کن نہیں بن سکتا۔ ایک پورے کا چچو کر بھی اس کی نگہداشت کرنی پڑتی ہے، مگر کیس جلا کے نہ دیکھا ہے۔

قارئین کرام سے گزارش

اولاد روحانی

ڈائجسٹ قدرتیں

کرام کی سہولت

کی خاطر خط لکھتے

والے اکرم فرما

قدرتیں سے گزارش کرتا ہے کہ آپ روحانی رنگ ماسٹرز کلب میری پسندیدہ کلب متحد سخن، معلومات عالم بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، اس ماہ کے بہترین مضامین اور روحانی سوال و جواب کو ایک ہی لٹافے میں ارسال کرنے کے ساتھ ساتھ روحانی ڈاک، مختل مرقبہ اور شعبہ سرکولیشن کے خطوط بھی اسی لٹافے میں ارسال کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کسی بھی شعبہ کے خطوط کے ساتھ روحانی ڈاک بھی ایک ہی لٹافے میں ارسال کر رہے ہوں تو لٹافہ پر اس شعبے کے نام کے ساتھ ساتھ روحانی ڈاک لکھنا نہ بھولیں۔

تقدیرات کے ہمراہ پورا نام اور مکمل ایڈریس اور پتہ ضرور تحریر کریں۔ بصورت دیگر تقدیرات کی اشاعت ممکن نہیں ہوگی۔ سرکولیشن سے حلقہ امتیازات کے ساتھ پتہ رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

گھریلو کام میں بے احتیاطی

ہر سال سڑکوں پر ہونے والے حادثات کی تعداد گھر میں ہونے والے حادثات کے مقابلے میں بہت کم ہوتی ہے سڑکوں کے حادثات کے مقابلے میں گھر میں بے احتیاطی

حادثات کا سبب بن سکتی ہے

نے موزے پہنے ہوئے ہیں تو موزے اتارنے کی کوشش نہ کریں، صرف جوتے اتار دیں۔

.... روزمرہ استعمال کی اشیاء جو بوتلوں میں بند ہوتی ہیں انہیں مناسب ترتیب سے رکھیں، تاکہ ضرورت پڑنے

پر آپ لیبل کو احتیاط سے دیکھ کر مطلوبہ چیز ہی استعمال کریں۔ گھر میں ہونے

والے اکثر حادثات بے دھیانی میں غلط چیز ہی استعمال کرنے سے پیش آتے ہیں۔

.... اپنے کچن میں فرش صاف رکھیں کوئی چکنی چیز فرش پر نہ بکھرنے دیں۔ پالس کیے ہوئے فرش زیادہ

خطرناک ہوتے ہیں۔

زیادہ مہلک ثابت ہوتی ہے۔ ذیل میں گھروں میں احتیاطی تدابیر کے بارے میں مفید مشورے درج کیے جا رہے ہیں۔

.... جب آپ چائے بنانے یا گرم پانی کی بوتل تیار کرنے کے لیے پانی گرم کر رہی ہوں تو پانی کو اپنے جسم سے

دور رکھیں، بوتل میں پانی بھرنے سے قبل اس کو ہموار سطح پر ڈال کر اس کے

اندروں موجود ہوا کو خارج کریں اس طرح کی احتیاط سے پانی باہر پھیلنے اور گرنے کا اندیشہ نہیں رہے گا۔

.... جب آپ اپنے ہاتھ میں گرم برتن یا گرم سالن والا برتن تھامے ہوئے کچن سے کمرے میں جا رہی ہوں تو

توجہ ادھر ادھر مبذول نہ کریں ایسے وقت میں چھوٹے بچوں کو اپنے قریب نہ آئے دیں۔ برتن کو مضبوطی سے دونوں

ہاتھوں سے پکڑیں صرف انگلیوں سے گرم برتن کو تھامنا خلاف احتیاط ہے۔ اپنے ہاتھوں میں گرم برتن کو پکڑنے

کے لیے موٹا کپڑا استعمال کریں۔

.... اگر آپ کوئی چیز تل رہی ہوں تو فرائی پین سے اپنی توجہ نہ ہٹائیں اگر کوئی آپ کو دوسرے کمرے میں بلائے تو پہلے چولہا بند کریں۔

کچن میں ایسی چیز ضرور رکھیں جس سے فوری طور پر آگ بجھانے میں مدد مل سکتی ہو۔

.... اگر آپ کا ہاتھ جل جائے تو اپنا ہاتھ فوراً ٹھنڈے پانی میں ڈالیں۔ اگر پاؤں جل گئے ہوں تو تولیہ

ٹھنڈے پانی میں بھگو کر پاؤں میں لپیٹ لیں۔ اگر آپ



④.... الیکٹرک پوائنٹس کا خیال رکھنا بے حد ضروری ہوتا ہے۔ بجلی کا ہلکا ہوا بین یا پلگ آپ کی زندگی کے لیے خطرناک ہو سکتا ہے۔

⑤.... اپنی دواؤں کو الگ خانے میں رکھیں اور ضرورت سے زائد خوراک استعمال نہ کریں۔ غیر ضروری دواؤں جو لوگوں کے استعمال میں نہ ہوں۔ انہیں کسی دوسری جگہ پر رکھیں جب دواؤں کی تاریخ استعمال گزر چکی ہو تو انہیں ضائع کر دیں۔

⑥.... اگر آپ کے قریب بچے ہوں تو اس وقت اپنے قریب کوئی چیز دھار آگ یا اوزار اور دواؤں نہ رکھیں۔ بچے ان چیزوں سے اپنے آپ کو نقصان پہنچا سکتے ہیں۔

درجہ حرارت کم ہو جانے: ایسے بڑے بوڑھے افراد جو اپنا زیادہ تر وقت ایک ہی جگہ بیٹھ کر گزارتے ہیں اور گھر سے باہر چہل قدمی یا کوئی کام کرنے کے لیے نہیں نکلتے ان میں اکثر درجہ حرارت خطرناک حد تک گر جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے بے ہوشی اور موت تک واقع ہو سکتی ہے۔ اس تکلیف کا خطرناک پہلو یہ ہے کہ مریض کو خود بھی اس بات کا علم نہیں ہوتا کہ اس کے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔ مریض اپنے آپ کو کمزور یا بے چین ضرور محسوس کرتا ہے لیکن اسے یہ پتہ نہیں ہوتا کہ اس کا جسم ٹھنڈا ہوتا جا رہا ہے۔ سردیوں میں اپنے جسم پر اونی کپڑے پہننے کے علاوہ گھر سے باہر نکل کر چہل قدمی بھی ضرور کرنی چاہیے۔ اپنے پیروں کو سرد ہونے سے بچانے کے لیے گرم سوزے استعمال کریں۔ سرد ماحول اور جسم کا درجہ حرارت کم ہو جانے سے جسم میں امراض اور انفیکشن کے خلاف مزاحمت کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے یہی وجہ ہے کہ بوڑھے افراد موسم سرما میں زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔

آپ کا گھر ہی ایسی جگہ ہے جہاں آپ اپنے دن رات کا بہتر وقت گزارتی ہیں، آپ اپنے گھر میں ہر کام کے لیے آزاد ہوتی ہیں تو کیوں نہ اپنے آپ کو صحت مند رکھنے کے لیے

ورزش کریں۔ ہاتھ پر ہاتھ دھرے نہ بیٹھی رہیں بلکہ کوئی کوئی ورزش کرتی رہیں۔ اپنے ہاتھ پیروں کو حرکت دیں ہر ہلکی پھلکی ورزش ہوتی رہے۔ اپنے کچن میں چیزیں اس طرح رکھیں کہ انہیں اٹھانے میں کوئی دقت نہ ہو اور آپ کی توانی محفوظ رہے۔ اس بات کا بھی اطمینان کر لیں کہ استری اسٹین یا واش بیسن آپ کے قد کے مطابق ہو۔ کوئی بچہ اٹھاتے یا رکھتے ہوئے گھٹنوں کو خم دیں اور کمر کو سیدھا رکھیں۔ اگر اپنے گھر سے فرنیچر ایک جگہ سے دوسری جگہ ہٹانا چاہتی ہیں تو اس کو اپنی کمر اور ہاتھوں کے ذریعہ ہلاتے ہوئے کسی بھی جگہ باسانی لے جاسکتی ہیں۔

کرسیاں: آپ کی کرسی اس طرح کی ہونی چاہیے کہ آپ کی ٹانگوں کو زیادہ آرام دہ حالت میں رکھ سکتی ہو بہت اونچی کرسیاں آپ کی ٹانگوں کو نقصان پہنچا سکتی ہیں بعض لوگ اپنی کمر کے پیچھے ایک ٹکیہ رکھنے کے علاوہ ہوتے ہیں، اس سے جسم تیار ہوتا ہے اور دورانِ خون درست طریقے پر ہوتا ہے لیکن جو لوگ کمر کے پیچھے ٹکیے رکھ کر بیٹھتے ہیں وہ کالمی اور سستی میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ آپ اپنے لیے ایسی کرسی کا انتخاب کریں جس پر ہاتھ رکھنے کے لیے بازو بھی موجود ہوں۔ یاد رکھیں کہ آپ کے ایک بازو کا وزن آپ کے سر کے برابر یعنی تقریباً 10 پونڈ ہوتا ہے، لہذا جب بھی آپ بیٹھیں تو اپنے دونوں بازوؤں کا وزن کرسی پر ڈال دیں۔

بسترو: آپ کے بستر کا آرام دہ ہونا بہت ضروری ہے رات بھر میں تقریباً چالیس مرتبہ کروٹ بدلتے ہیں۔ دراصل جسم کا ایسا عمل ہے جس کے دوران جسم ٹوٹے پھوٹے خلیات (Cell) کی مرمت کرتا ہے۔ بستر غیر لچکدار ہے تو اس سے محض آپ کی توانائی ضائع ہوتی ہے اور کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔



جیتی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اڑھتے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اواز حتیٰ اڑھتے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں ٹھنکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں، کہیں سمندر کے

شفاف پانی کے جھسی ہے تو کہیں کچھڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوس قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی ملاوس کی رات جھسی گئی ہے۔ کبھی خواب گئی ہے، کبھی سراب گئی ہے، کبھی خار دار جھاڑیاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند لگتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھانٹیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے۔۔۔ کسی منظر نے کیا خوب کہا ہے کہ ”استاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی استاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، استاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔“ انسان زندگی کے تکیب و فرائض سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔

زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے مانع ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے مافی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب و کھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہہ سکتا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان پر مختلف انداز میں اپنی تکمیل کرتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

دل گرفتہ

ابھی کوئی بچہ پلوپلے کی بات ہے کہ گلی کے سارے بچوں کے ساتھ میرا نو سالہ بچہ جنید بھی کھیل رہا تھا۔ اسکول بند تھے۔ لہذا بچے ہاشم کر کے اپنے اپنے گھروں سے نکل کر گلی کے ٹکڑے کے متوازی بنے چھوٹے سے میدان میں جڑ ہو جاتے تھے۔ اس دن بھی سارے بچے اس میدان میں جمع تھے اور مائیں اپنے اپنے کاموں میں مشغول تھیں۔ جنید کی عادت تھی کہ بار بار پیاس لگتے پر گھر آکر پانی پیتا تھا۔ ہم غریب ضرور تھے مگر میں نے اپنے بچوں کو غریب میں بھی صفائی کی عادت ڈالی ہوئی تھی۔ میرا بچہ کبھی بھی ابو حریحہ حریحوں سے یا کسی کے گھر سے پانی نہ لے کر آتا تھا۔ اگر اپنے دھلے ہوئے گلاس میں پانی پیتا تو

چار چھلکے منہ پر مارتا اور کپڑے جھاڑ کر پھر باہر نکل جاتا مگر اس دن جو وہ کھیلتے گیا تو دوبارہ نہیں آیا۔ دس بجے، گیارہ بجے اور پھر بارہ بجے جب میں کھانا پکانے سے فارغ ہوئی تو جنید کا خیال آیا۔ میدان اتنی دور بھی نہ تھا۔ گھر کے دروازے سے ذرا چار قدم آگے بڑھو تو میدان میں کھیلتے بچے صاف نظر آ جاتے تھے۔ میں نے گویا کے بچے کو اٹھایا اور پر وہ اٹھا کر دروازے سے آگے بڑھ کر میدان کی طرف جھانکا کہ جنید نظر آئے تو اسے بلاؤں، کیونکہ سروی ہونے کے باوجود اس وقت دھوپ میں بڑی تپش تھی۔ مگر مجھے دور دور تک جنید نظر نہیں آیا۔ میں اور آگے بڑھی تو قریب آتے بچے کو آواز دی کہ قورا جنید کو بھیجے۔ وہ بچہ بولا آئی جنید تو دس بجے چلا گیا تھا۔ اگلے

ساتھ۔ ”کون سے انگل کے ساتھ....؟“ میں نے حیران ہو کر پوچھا۔

”آئی دوا انگل آئے تھے وہ کہہ رہے تھے کہ ہم جنید کے انگل ہیں۔ دوسرے شہر سے آئے ہیں۔ اس کے گھر کا پتا کرنا ہے۔ جنید ان کے ساتھ چلا گیا۔“ میں نے دل ہی دل میں سوچا کون ہو سکتا ہے....؟ میرا تو دور پا کوئی مرد رشتے دار ایسا نہیں ہے۔ جنید کے ابو کے جتنے بھی دور یا قریب کے رشتے دار ہیں۔ تقریباً سب ہی اس کے گھر کو جانتے ہیں۔ کیونکہ ہم یہاں برسوں سے رہ رہے ہیں۔ یہ گھر جنید کے دادا کا بنایا ہوا ہے۔

ایسا کون اجنبی تھا....؟ میری ٹانگیں بے جان ہونے لگیں۔ دل میں یہی دھڑکا پیدا ہوا کہ ہو نہ ہو وہ کوئی بد معاش تھے، جو میرے بچے کو غلام کر لے گئے۔ نو سال کا بچہ صرف لہجہ پہچانتا ہے نظر نہیں پہچانتا۔ پھر بھی دل میں اس کی پیدا ہوئی کیا خبر کے ابو کے کوئی رشتے دار پہلی مرتبہ آئے ہوں مگر سوال یہ تھا کہ وہ دس بجے سے اب تک گھر کیوں نہیں آئے....؟ ایک بچہ بولا۔

”آئی میں جنید کے پیچھے گیا تھا۔ اس نے کہا تھا کہ آؤ انگل کو گھر چھوڑ آئیں۔ پھر آکر کھیلیں گے۔ مگر آدھے راستے میں وہ انگل کہنے لگے کہ ہم جنید کے گھر پہلی مرتبہ جا رہے ہیں اور پھل مٹھائی تو خریدی ہی نہیں۔ پہلے جنید کے ساتھ مٹھائی خرید لیں۔ جنید ان کے ساتھ مٹھائی والے کے پاس چلا گیا۔

میں گرتی پڑتی اس بچے کی نشاندہی پر مٹھائی والے کی دکان پر پہنچی۔ وہاں کوئی ایک مٹھائی والا نہیں تھا۔ چھوٹی چھوٹی چھ سات دکانیں تھیں۔ ہم مٹھائی کے ایسے خریدار بھی نہ تھے کہ مٹھائی والے ہمیں یا ہمارے بچوں کو پہچانتے، اتنی دیر میں بات کانوں کانوں ہوتی سارے محلے میں پھیل گئی۔ ہر مٹھائی والے سے جنید کا حلیہ بیان کیا کہ

ایک بچہ اس طرح کے کپڑے پہنے دو آدمیوں کے ہم ادھر تو مٹھائی خریدنے نہیں آیا....؟ بڑی مشکل سے ایک مٹھائی والے نے ذہن پر زور دے کر بتایا کہ ہاں آج دو بجے کے قریب ایک آٹھ نو سال کا بچہ دو آدمیوں کے ہمراہ آیا تھا اور ان آدمیوں نے مٹھائی کاڈ با خرید لیا تھا وہ دو آدمیوں کا نہ تو حلیہ بیان کر سکا اور نہ یہ بتا سکا کہ وہ کس سمت گئے۔ مجھے تو چکر آ گیا۔ معلوم نہیں لوگ کس طرح مجھے گھر تک لائے۔ سارا محلہ اکٹھا ہو گیا۔ ماؤں نے اپنے اپنے بچوں کو گھروں میں بند کر لیا۔ ہر کوئی بچوں سے اور آدمیوں کا حلیہ پوچھتا ہیچ اصل میں کھیل کود میں کچھ اس طرح مگن ہوتے ہیں کہ وہ عام طور پر آنے جانے والوں کی گہری نظر سے جنم دیکھتے۔ جب تک کہ انہیں ان کی کوئی نیا پن نظر نہ آئے۔

دوپہر میں جنید کے ابو بھی آ گئے۔ مجھے تو کچھ بھائی ہی نہیں دے رہا تھا۔ تصور میں صرف یہی آتا تھا کہ نہ جانے میرے پھول سے بچے کے ساتھ وہ کیسا سلوک کریں۔ کیا خبر باہر کے ملک بیچنے کو لے گئے۔ کیا خبر فوج بنانے کو لے گئے۔ کیا خبر بیگار کیمپ میں رکھنے کو لے گئے۔ رات تک جنید کے ابو نے ان کے رشتے داروں نے جنی الامکان کوشش کر ڈالی۔ پولیس میں رپورٹ بھی لکھوا دی۔ مسجد سے اعلانات کروائے، مگر بے سود۔

وہ رات کتنی قیامت کی رات تھی، جنید کی منی منی سی چپیلیں، جنید کے تار پر لٹکے شلوار قمیض، اس کا بستہ، اس کی خالی کرسی، اس کا خالی بستر ہر چیز مجھے تڑپا رہی تھی۔ جب سے پیدا ہوا تب سے آج تک کے سارے واقعات لمحہ بہ لمحہ میری نظروں میں گھومنے لگے وہ شرارت کر رہے تھے میں غصے میں آتی تو وہ سہم جاتا، ایک مرتبہ میں نے اس کو دوپہر میں گھر سے نکلنے پر بہت مارا تھا۔ اس نے ننھے ننھے ہاتھ میرے آگے جوڑے تھے۔ اب نہیں جاؤں گا ای

مخالف کرو۔ وہ زیادہ ڈانٹ ڈپٹ اور مار پیٹ کا عادی نہیں تھا۔ مجھے اس دن اسے مار کر افسوس ہوا تھا۔ آج اچانک مجھے اس کا دل سے سہم جانا یاد آیا تو میں تڑپ تڑپ کر رونے لگی کہ وہ ظالم لوگ جب اسے بے دردی سے مار رہے ہوں گے تو وہ کتنی بے کسی سے رو رہا ہو گا۔ وہ کتنی مایوس نظروں سے ادھر ادھر تلاش کرے گا وہ اللہ سے کتنی دعا مانگ رہا ہو گا۔ مگر اس کی کون سنے گا....؟ وہ تو بھوک برداشت ہی نہیں کر سکتا تھا۔ کھیلے کھیلے دس بار آکر کچھ نہ کچھ منہ میں ڈال کر بھاگ جاتا تھا۔ مجھے وہ بہت پیارا تھا۔ میں بھی اس کے لیے کچھ نہ کچھ ضرور رکھتی تھی آج صبح سے جانے اس نے کچھ کھایا بھی ہے کہ نہیں....؟ اگر جو وہ اپنے بیگار کیمپ لے گئے اور اس سے بیگاری اور وہ بھاری بوجھ نہ سہہ سکا تو....؟ وہ تو چھڑے کے ہنتر برسا گئے۔ یا اللہ! میں اپنا سر دونوں ہاتھوں میں دبالتی۔ وہ اس وقت دنیا کے کسی کونے میں کس کو غم کی میں کن بھیڑیوں کے پاس ہونا....؟ اس کے سونے کو بستر بھی ہو گا کہ نہیں، میں نے ایسے بہت سے قصے پڑھتے تھے کہ اغوا ہونے والے بچوں کے ساتھ یہ لوگ کیسا سلوک کرتے ہیں۔ میری پڑوسن کا بچہ لڑک کے نیچے آکر کھلا گیا تھا۔ تو میں سوچتی تھی کہ اس عورت پر کتنا ظلم ہو گیا۔ وہ دیوانوں کی طرح اٹھ اٹھ کر باہر بھاگتی تھی۔ اب میں سوچ رہی تھی کہ وہ کتنی خوش قسمت تھی۔ اس کا بچہ مر گیا تھا مگر اس کو قتل تو تھی کہ وہ قبر میں سو رہا ہے، مر جانا اچھا ہوتا ہے خبر ہوتی ہے۔ مرنے والے کی، مگر زندہ غائب ہو جانا، ماں باپ کی موت ہوتی ہے موت بھی کیسی اذیت ناک، تڑپانے والی۔ یہ اذیت وہی محسوس کر سکتے ہیں جن پر گزرتی ہے۔

میرے شوہر چار دن میں برسوں کے بوڑھے اور بیمار نظر آئے تھے۔ کوئی پندرہ دن گزرے کہ ایک آدمی نے ہمارے دروازے پر دھک دی۔ میرے شوہر دروازے پر

گئے۔ اس آدمی نے کہا۔

”آپ کو ملتا میں ایک صاحب نے بلوایا ہے۔ مجھے یہ ایڈریس بڑی مشکل سے ملا ہے کیا آپ کا بچہ کھویا ہے....؟“

”کیا بچہ زندہ ہے، کیا وہ ملتان میں ہے کس کے پاس ہے....؟ التامیرے شوہر آنے والے سے بے تابی سے سوال وجواب کرنے لگے، میں نے بچے کا ذکر سنا تو بے تابی سے دروازے پر بھاگی۔

”کیا کوئی میرے بچے کی خبر لایا ہے، ارے اندر آؤ بھائی اندر آؤ۔“ اب میرے میاں کو ہوش آیا۔ ”ہاں ہاں بھائی تم اندر آؤ۔“ انہوں نے نووارد کو موڑھے پر بٹھایا۔ ”ہاں اب بولو! ملتان میں کس نے بلایا ہے ہمیں۔“ کس نے ہمارا ایڈریس بتایا....؟“ تب اس نے بتایا ”جنید نانی بچہ ہمارے صاحب کے پاس ہے۔ بالکل ٹھیک ہے، آپ فکر مت کریں۔ آپ لوگ چلنے کی تیاری کریں۔“ مجھے لگتا تھا۔ ساری بہاریں، ساری خوشیاں خدا کی ساری رحمتیں آج میرے گھر میں اتر آئی ہیں۔ یہ خبر آنا فانا سارے محلے میں پھیل گئی لوگ بھاگے بھاگے ہمارے گھر آنے لگے، ہر کوئی مبارکباد دیتا تھا۔ ہم میاں بیوی اسی وقت تیار ہو گئے، اسی شام کی ٹرین سے ہم روانہ ہو گئے۔ سارا سفر کس بے تابی سے کٹا آپ سوچ بھی نہیں سکتے۔ ہم سوچ رہے تھے کہ لوگوں کا خدشہ درست تھا کہ جنید کو کسی امیر آدمی نے اٹھوایا ہے۔ اور اب جنید کو مسلسل اداس دیکھ کر وہ مجبور ہو گیا ہو گا کہ ہم سے اس کی ملاقات کروائے۔

”اجی چاہے وہ دس لاکھ کی بات کریں تم بچہ ان کو مت دینا۔ میں نے جنید کے ابو کو سبق پڑھایا۔“ سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔“ وہ بولے۔ ”بچے بکنے والی چیز تھوڑا ہی ہیں۔“ جس وقت ہم

اس امیر آدمی کے دروازے پر پہنچے ہمارے قدم سو سو من کے ہو گئے۔ چوکیدار نے گیٹ کھولا اور ایک اور آدمی ہمیں اندر لے آیا۔ مگر ہمیں لابی میں کھڑا کر دیا۔ پھر ایک صاحب آئے ان کے ساتھ ان کی بیگم آئیں۔ ان دونوں کے قریب آتے ہی ہم بے تاب سے بولے ”کہاں ہے جی ہمارا بچہ....؟“ ”کون سا بچہ....؟“ صاحب نے بہت اطمینان سے پوچھا۔

جنید ہمارا جنید....؟“

”مگر ہمارے پاس جو بچہ ہے اس نے تو دوسرا نام بتایا ہے۔“

”دوسرا نام....؟“ ہم دونوں نے حیرت سے ایک دوسرے کو دیکھا۔

”ہاں اگر تم اس کے دوسرے نام سے واقف ہو تو بتاؤ اس کا کیا نام ہے....؟“ تب مجھے یاد آیا کہ جنید کو ویسے تو سب جنید ہی کہتے تھے۔ مگر اس کو زیادہ تربیدی کے نام سے جانتے تھے۔

”میرے بچے کا نام جیدی ہے جی“ پھر بھی ان صاحب کو تسلی نہیں ہوئی۔ بولے ”پہلے ہمیں اچھی طرح جانچ کرنے دو۔ پھر بچے سامنے لائیں گے۔ اصل میں انہوں نے ہمیں لان میں اس لیے کھڑا کیا تھا کہ جنید اوپر جالی والے برآمدے سے ہمیں دیکھ کر پہچان لے کہ ہم اس کے ماں باپ ہیں یا نہیں۔“

جب جنید نے تصدیق کر دی تو وہ ہمیں اندر لے گئے۔ بہت عزت سے بٹھایا اور بولے۔

”اصل میں بچے اس قدر سہا ہوا ہے اور ذہنی طور پر اس قدر مفلوج ہے کہ اب دوبارہ اسے کسی غلط باتوں میں نہیں جانے دینا چاہتے تھے کیا خبر جن کے ہاتھوں سے ہم نے اس بچے کو چھڑوایا ہے وہ پھر بھی کوئی ڈرامہ کر کے بچے واپس لے جاتے اور بچہ ڈر کر کہہ دیتا کہ ہاں یہ میرے ماں

باپ ہیں۔“ انہوں نے جنید کو سامنے لانے سے پہلے ہمیں ذہنی طور پر تیار کیا۔ آپ کو خدا کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ بچہ زندہ حالت میں آپ کو واپس مل گیا ہے۔ تمہیں دن تک ہم نے اس کو اسپتال میں رکھا ہے۔ جب اس کی ذہنی حالت درست ہوئی تو ہم نے اس سے آپ لوگوں کے بارے میں پوچھا۔ اب وہ کسی حد تک نارمل ہے۔ پھر بھی آپ اس سے گزشتہ چند روزوں کے بارے میں کچھ نہ پوچھیے گا۔ ورنہ وہ ذہنی عذاب میں مبتلا ہو کر کہیں دماغی توازن نہ کھو بیٹھے۔

میرے دل پر گھونے لگ رہے تھے۔ تو گویا میرے وہ سارے وسوسے درست تھے۔ جنہیں خدا کا یہ فرشتہ اشاروں کنایوں میں بتا رہا تھا۔ پھر انہوں نے پورا واقعہ ہمارے سامنے بیان کر دیا۔

”میں ملتان آرہا تھا میری ریزرویشن نہیں ہوئی تھی۔ لہذا میں فرسٹ کلاس کے ڈبے میں سوار ہو گیا۔ سیٹ پر بیٹھے بیٹھے میری نظر اس بچے پر پڑی جو اوپر کی برتھ پر بے سدھ سو رہا تھا اور نیچے دو آدمی بیٹھے تھے۔ وہ دونوں شکل سے بد معاش محسوس ہو رہے تھے۔ پھر بھی مجھے کوئی شک نہیں ہوا۔ میں نے یونہی ان سے سوال کر دیا

”کیا آپ کا بچہ بیمار ہے....؟“ وہ دونوں چونکے پھر بولے۔

”ہاں، ہاں جی یہ بیمار ہے۔ ہم اسے ملتان لے جا رہے ہیں۔“ میں خاموش ہو گیا۔ ابھی ملتا جھپٹے میں خاصی دیر تھی کہ بچہ کسمسایا۔ وہ دونوں بے تاب سے اٹھے انہوں نے ایک نظر مجھے دیکھا مگر میں انجان بن گیا۔ بچے نے کروت لی اور میں یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ بچے بے حد زخمی ہے اس کے ہونٹ سوجے ہوئے تھے، اس کی آنکھوں میں خوف تھا، انہوں نے جانے اس سے کیا کہا کہ وہ فوراً کروت بدل کر لیٹ گیا۔ ملتان سے دوا سٹیشن پہلے یہ لوگ بچے کو

لے کر اتر گئے میں بھی ان کے پیچھے ہی اتر گیا۔ کیونکہ مجھے سو فیصد یقین تھا کہ یہ بچہ ان کا نہیں ہے۔ میں ہمیشہ اپنے پاس پستول رکھتا ہوں۔ میں نے سوچ لیا تھا کہ کچھ ہو جائے یہ بچہ ان سے چھڑوا لوں گا۔ جو نہیں یہ لوگ بچے کو لے کر نیچے اترے، انہوں نے پلٹ کر مجھے بھی اترتے دیکھ لیا۔ یہ لوگ اسٹیشن پر لگے نکلے کے پاس بچے کو اس طرح لے گئے گویا اسے منہ دھونا ہے اور وہ ایسے ہی اترے ہیں کیونکہ وہ مجھے بتا چکے تھے کہ وہ ملتان جا رہے ہیں مگر وہ ملتان سے بھی پہلے اتر گئے۔ میں بھی ٹھہرا ہوا نکلے پر پہنچ گیا۔ میں نے ایک جھٹکے سے پستول نکالا اور ان دونوں پر تان لیا۔

”کون ہو تم....؟“ اور یہ بچہ کس کا ہے....؟ ایک لمحے کو تو وہ دونوں گھبرا اے گئے۔ پھر ڈھٹائی سے بولے ”ہمارا بچہ ہے جی۔ کراچی گھومنے گئے تھے ادھر ایک ہیڈ بیٹ ہو گیا۔ بچہ زخمی ہو گیا۔ ملتان میں گھر والے پریشان ہیں۔ اس لیے ادھر ہی لے جا رہے ہیں۔ ادھر ہی علاج کروائیں گے۔ ڈاکٹر نے چلتے وقت نیند کا انکسکشن دیا تھا۔ ابھی اس کا منہ دھالنے اترے ہیں۔“ پھر میں نے بچے سے پوچھا تو وہ بھی کہنے لگا کہ یہ میرا چاچا ہے اور یہ ملا اس نے دونوں کی طرف باری باری اشارہ کیا۔ بچے سے صحیح طرح بولا بھی نہیں جا رہا تھا۔ اب میں نے پستول بچے کے ہیڈ پر رکھا مچ بولورنہ....“ بچہ ایک دم رونے لگا۔ ”مجھے بچاؤ۔ مجھے بچاؤ۔ یہ ڈاکو ہیں۔“ دو چار لوگ اور بھی جمع ہو گئے، بچے کے بولتے ہی وہ دونوں گھبرا گئے۔ ادھر سے دوسپاہی بھی آگئے لوگوں کو اور سپاہیوں کو دیکھ کر وہ دونوں تیزی سے بھاگے ادھر ٹرین چل دی۔ شاید وہ اس میں سوار ہو گئے مگر میرا مسئلہ اس وقت ان کو پکڑنا نہیں بلکہ بچے کو ان سے بچانا تھا۔ میں بھاگ دوڑ کر کے ان کو پکڑ بھی لیتا تو اس مجمع میں بچہ پھر کھو جاتا، اس لیے میں

بچے کو اپنے ہمراہ لے آیا گو ان دونوں پولیس والوں نے مجھ سے بحث مباحثہ کیا مگر وہ میری حیثیت بچھاتے تھے یوں میں اسے گھر لے آیا۔ جب یہ کچھ بولنے کے قابل ہوا تو اس نے بتایا کہ کس طرح وہ مٹھائی کی دکان سے مٹھائی خرید کر ایک اور جگہ یہ کہہ کر لے گئے کہ وہاں سے کچھ سلمان بھی لینا ہے۔ پھر وہاں اسے مٹھائی بھی کھلائی اور جب اسے ہوش آیا تو اپنے آپ کو ایک اجنبی جگہ پایا۔ اس نے مجھے بتایا کہ وہاں بہت سارے دوسرے بچے بھی تھے۔ وہ سب زخمی تھے بھوکے تھے اور ہاتھ جوڑ جوڑ کر ان سے معافی مانگتے تھے کچھ بڑے بچے بھی تھے۔ وہ کہتے تھے کہ یہاں سے کبھی کوئی نہیں نکل سکتا۔ معلوم نہیں یہ کون سا شہر ہے۔ کون سی جگہ ہے کمرے میں صرف ایک دروازہ تھا۔ اب وہ لوگ مجھے ملتان لے جا رہے تھے ملتان سے کسی اور شہر بھیج دیتے۔ انہوں نے ٹرین میں بٹھانے سے پہلے مجھے بہت مارا تھا اور کہا تھا کہ اگر ٹرین میں شور مچایا تو جان سے مار دیں گے۔ وہ مار بھی دیتے ہیں۔ انہوں نے ایک بچہ مار بھی دیا تھا۔ بس جی بچے نے اپنے اوپر ہر بریت والی جو داستان سنائی اسے سن کر میرے رو گئے کھڑے ہو گئے۔ بچے اغوا ہو کر صرف ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ میں بک جائیں۔ فالتے کر لیں مار بھی کھالیں مگر وہ جو اخلاق سوز حرکتیں کر کے ان بچوں کو اذیت کے سارے دروازے کھول دیتے ہیں۔ جن سے بچے عمر بھر کے لیے ذہنی طور پر مفلوج ہو جاتے ہیں۔ اس کو سن کر تو میرا دل بھی پھٹ گیا۔ آپ تو ماں باپ ہیں۔ آپ نے بجا طور پر پندرہ دن انکاروں پر بسر کیے ہوں گے۔ خود میں اور میری بیوی بچے کی داستان سن کر ساری رات جاگتے رہے اور ذہنی اذیت محسوس کرتے رہے۔ بچے سب کچھ بتا کر نیم دیوانہ ہو گیا تھا۔ میری بیوی ساری رات اس کو سینے سے لگائے لیٹی رہی۔

صبح ہم نے اسے ڈاکٹر کو دکھایا۔ مسلسل تین دن اسے اسپتال میں رکھا۔ اب آپ اس سے کبھی بھی ان پندرہ دنوں کے بارے میں سوال مت کیجیے گا۔ کہیں وہ ذہنی دباؤ کے تحت اپنا دماغی توازن ہی نہ کھو بیٹھے۔ میں بچے کو لارہا ہوں۔ آپ لوگ حوصلہ رکھیے گا۔

جب میرا جنید، میرا جگر گوشہ میرے سامنے آیا تو میرے ساتھ ساتھ میرے شوہر، وہ نیک دل شخص، اس کی بیوی اور اس کے نوکر سب رو دیے۔ میرے بچے کے اگلے دودانت نونے ہوئے تھے۔ سر میں جا بجا گومڑے پڑے تھے۔ ہاتھ پاؤں پر پٹیاں بندھی تھیں۔ ایک آنکھ سوجی ہوئی تھی اور بڑا سا نیل پڑا ہوا تھا۔ میں غصے میں پاگل ہو گئی میرا دل چاہا ان کتوں کے جسموں کو چھلنی کر دوں، آج میرا دل بھی چاہ رہا تھا کہ کوئی مجھے اختیار دے دے تو میں چین چین کر ایسے درندوں کو سرعام پھانسی پر لٹکا دوں، ان پر کتے چھوڑ دوں۔ ان کی لٹکا ہوئی ہوتے دیکھوں۔ ان کے ہاتھ، پاؤں، آنکھیں، زبان کات کر کتوں کو کھلا دوں۔ یہ درندے کہاں ملتے ہیں۔ کن ماؤں کی کوکھ نے ان کو جنم دیا۔ کس سرزمین نے انہیں قبول کیا۔ وہ قانون کیسا ہے، جس کا انہیں ذرہ برابر خوف نہیں ہے اور کیوں نہیں ہے....؟

”بھائی جی! آپ نے انہیں بھاگنے کیوں دیا....؟“
بھائی جی! آپ نے اپنے پستول کی ساری گولیاں ان پر خالی کیوں نہ کر دیں....؟

بھائی جی! ٹرین والوں نے انہیں چلتی ٹرین سے دھکا نہ دے دیا جب لوگوں کو پتا ہوتا ہے کہ یہ مجرم ہیں تو وہ ان کو مار کیوں نہیں دیتے۔ آپ نے ان کو مار دیا ہوتا، مار دیا ہوتا بھائی جی۔“

”بھئی جی اس بچے نے بتایا ہے کہ وہاں بہت سارے بچے تھے وہ جگہ نامعلوم ہے یہ ذرا لمبی سوچ کر ہبر کر لیں

کہ آپ کا بچہ تو آیا وہ محصور تو قید میں ہیں۔ ابھی سال سال کی بات ہے کہ اخبار میں خبر آئی تھی کہ ایک بچہ ریلوے اسٹیشن سے بھاگ کر آیا تھا۔ اس نے بتایا تھا کہ وہیں اسٹیشن کے آس پاس ہی اس وقت اور بھی بہت سے بچے جمع ہیں، جو کہیں بھیجے جانے والے ہیں۔ میں دس دن تک اخبار اس آس میں پڑھتا رہا کہ شاید کہیں خبر آئے کہ آپ جیسی دل گرفتہ ماؤں اور باپوں کے جگر گوشوں کو آزاد کرالیا۔ میری آنکھیں ترس گئیں۔ لیکن ایسی کوئی خبر نہیں آئی۔“

ہم ان لوگوں کے اصرار پر ایک ہفتہ اور ٹھہرے بچے کا علاج کراتے رہے اور پھر گھر لوٹ آئے۔ میں نے تو اس کا اسکول جانا بھی ختم کر دیا تھا مگر سب کے سمجھانے بچھانے پر اس شرط پر اسکول بھیجنا شروع کیا کہ جنید کے ابو چھوڑنے جائیں گے اور وہی اسے لے کر آئیں گے۔ میں جنید کو ایک منٹ بھی باہر نہیں نکلنے دیتی۔ آج بھی ہر وقت اس خوف میں مبتلا رہتی ہوں کہ کہیں وہ پھر نہ آجائیں۔ خود جنید نے بھی چپ سادھ لی ہے۔ وہ خود بھی بچوں سے دور ہو گیا ہے۔ سارا دن دروازے کی کنڈی چڑھائے اندر والے کمرے میں بیٹھا رہتا ہے۔ راتوں کو چیخ مار کر اٹھ بیٹھتا ہے۔

”وہ آرہے ہیں ای وہ آرہے ہیں۔ مجھے بچاؤ۔“ میں ایسے وقت میں ذہنی اذیت سے گزرتی ہوں تو سوچتی ہوں نہ جانے کتنی مائیں میری طرح انکاروں پر لوٹتی ہوں گی....؟ یہ کیسا آزاد وطن ہے، جہاں اتنے ننھے منے قیدی جہم لے رہے ہیں....؟

لوگ خدا کیوں بن

جاتے ہیں....؟

”بی بی جی.... میرے ہاتھ اچھے نہیں تھے....؟“

صابرہ نے مایوسی کے عالم میں مجھ سے پوچھا۔ میں

حیرت سے اس کا چہرہ دیکھنے لگی۔ میں نے صابرہ کا ایسا مایوس لہجہ سنا تھا جس میں دوسری مرتبہ محسوس کیا تھا۔ پہلی مرتبہ جب، جب چار سال پہلے اس کی ماں فوت ہوئی تھی۔ وہ تیسرے ہی دن کام پر آنے لگی۔ میں نے اس سے کہا تھا۔

”صابرہ کچھ دن چھٹیاں کر لے، نہیں تو بیمار پڑ جائے گی۔“

اس نے جواب دیا تھا ”نہیں ہوتی بیمار بی بی.... ہم غریب لوگ بڑے سخت جان ہوتے ہیں.... گھر میں نہیں رہا جاتا جی ماں کو یاد کر کے کئی ورے (سال) گزر جاتے ہیں پر جب ٹیم (وقت) دیکھتے ہیں تو سوئی وہیں انکی ہوتی ہے.... دن کتنا ہی نہیں بی بی۔ اور رات.... رات تو بڑی لمبی ہو جاتی ہے.... خالی منی (چارپائی) ساتھ پڑی ہو تو کسے نیند آسکتی ہے بی بی جی....؟“

آہستہ آہستہ پھر وقت نے اس کی یادوں پر دھول ڈال دی۔ صابرہ پھر سے ہنسنے لگی اور چھوٹی چھوٹی باتوں پر ہنسانے لگی۔ وہ چپ یا سنجیدہ رہے ہی نہیں سکتی تھی مگر کبھی کبھی اس کی ہنسی کے پیچھے چیخوں کا لالچا ہی سلسلہ دکھائی دیتا۔

اس کی ایک عادت بڑی عجیب تھی، جب میں اپنے یا کسی اور کے ساتھ ہونے والی کسی زیادتی یا ظلم کا تذکرہ کرتی تو وہ بڑے آرام سے کہہ دیتی۔

”بی بی سیدھی سی بات ہے.... حورے (نجانے کیوں) لوگوں کے پلے کیوں نہیں پڑتی، بات یہ ہے جی کہ وہی (بڑی) مچھلی نے چھوٹی مچھلی کو کھانا ہی ہوتا ہے، چھوٹی مچھلی کو کوئی حق نہیں کہ وہ رولا ڈالے (شور مچائے)، رولا تو وہ اس وقت ڈالے نامی جب وہ وہی مچھلی کو کھا سکتی ہو، اب نہ اس کا منہ اتنا ہوتا ہے کہ اسے کھا سکے اور نہ ہی معدہ اتنا ہوتا ہے کہ وہی مچھلی کو ہضم کر سکے، پھر ایویں

چیکاں (خواہ مخواہ چیخیں) مارنے کا کیا فائدہ جی....؟“
یہ بات کہہ کر وہ ہنس پڑتی۔ مجھے کبھی کبھی یہ یقین ہونے لگتا کہ اسے زندگی کے تلخ حقائق کا علم نہیں یا وہ میری طرح حساس نہیں اور ظلم سہنے کی عادی ہے، اس لیے اسے میری باتوں کی سمجھ نہیں آتی۔

صابرہ بہت اچھی لڑکی تھی، نفیس، ہنس مکھ اور خوش شکل، میری ہم عمر تھی، لگ بھگ پچیس سال کی ہو گی۔ اس کی مثنی ہوئی اور نوٹ بھی گئی۔ دو بھائی اور تین بہنیں تھیں۔ اس کی عادتیں بڑی دلچسپ تھیں۔ ہر بات پہ تائید طلب کرتی یا تائید طلب نظروں سے میری طرف دیکھنے لگتی۔ اللہ کے سارے نام اسے اذہر تھے، موقع کی مناسبت سے اللہ کا کوئی نہ کوئی صفاتی نام ضرور بولتی اور حضور ﷺ کے نام پر تو صدقے واری پڑتی تھی۔ پتا نہیں ان ﷺ کے بارے میں وہ کیا کچھ جانتی تھی۔ یا شاید اسے صرف یہ علم تھا کہ حضور ﷺ سے بلا سوچے سمجھے محبت کرنی ہے، بے تحاشا محبت.... اور یہ وہ کرتی تھی۔

صابرہ باتوں کے دوران ”جی.... جی“ بہت کہتی تھی، احتراماً نہیں عادتاً! وہ سمجھدار اور ایماندار لڑکی تھی اسی لیے بہت جلد ہمارے گھر کا فرد بن گئی۔ میرے بھائی شکیل کی شادی پر اسی نے میرا ہاتھ بٹایا ورنہ باقی سب شادی میں مصروف تھے۔

اس سے کبھی تفصیلی بات نہ ہو پائی اور نہ ہی کبھی ضرورت محسوس ہوئی۔ آج اس کے مایوس لہجے اور غیر متوقع سوال نے مجھے چونکا دیا۔ میں نے کہا:

”اچھے ہیں صابرہ.... بہت اچھے ہیں.... بھلا خدمت کرنے والے ہاتھ بھی کبھی خراب ہوتے ہیں....؟“

”نہیں بی بی جی.... ادھر آئیں، میرے پاس

میں نے مجھے بتایا کہ اللہ سوہنے نے غریب کو اس دنیا میں
کیوں پیدا کیا۔ بی بی بی کی کیا صرف اس لیے کہ امیر اس
پر غلم کرے اور اسے بے عزت کر کے خود کو
عزت و برتری کرے۔؟

صاروہ کے چہرے کی سنجیدگی بتا رہی تھی کہ اس پر
کوئی بڑا طوفان گزر گیا ہے اور شاید وہ مجھے بھی اس کا شکار
بنانا چاہتی ہے۔ لیکن میں نے اپنے بچاؤ کے لیے اس سے
آنکھیں ملائے بغیر رکھی جواب دینا۔

”نہیں۔ نہیں صاروہ۔۔۔ دیکھ نا، پریشانی تو عمر بھر
رہتی ہے۔ آج کے دور میں دباؤ اور پریشانیوں اس قدر بڑھ
گئی ہیں کہ خسر برداشت نہیں ہو سکتا۔ وہ کسی نہ کسی پر لگتا
ہے، خصوصاً جس پر زور چلتا ہے اور نیکی بات تو یہ ہے کہ
صاروہ جس کے پاس دولت نہیں اس کے اوپر سب کا زور
چلتا ہے۔ دہت عزت یا بے عزتی والی کوئی
بات نہیں ہوتی۔“

”ہو سکتا ہے بی بی، تو ٹھیک کہتی ہو، مگر یہ بتا لوگ غلم
کیوں کرتے ہیں۔؟ سوچتے کیوں نہیں کہ دوسرے بھی
مالک کے بندے ہیں۔ لوگ اپنے آپ کو رازق سمجھ کر،
دوسرے کی روٹی کیوں روکتے ہیں بی بی، حالانکہ ساری دنیا
کو معلوم ہے کہ رب ہی ساری دنیا کا پالنے والا ہے۔ لوکی
(لوگ) خدا کیوں بن جاتے ہیں بی بی، کیوں بن جاتے
ہیں لوکی خدا۔۔۔؟“

اس نے تقریباً چلائے ہوئے جھنجھوڑ کر رکھ دینے والا
یہ سوال کچھ اس انداز میں کیا کہ میری گفت سے رکھی
الفاظ اچانک تائب ہو گئے۔ اور میں خاموش ہو گئی۔

کچھ دیر ہم دونوں بالکل چپ بیٹھے رہے، وہ آسمان کو
گھورتی رہی اور میں جواب تلاش کرتی رہی، لیکن اسے
شاید آسمانوں سے جواب کا انتظار تھا۔ میں نے خاموشی کا
کرناک حصار توڑا اور اس سے پوچھا

”کیا صاروہ۔۔۔ ہوا کیا ہے۔۔۔؟“

”ہونا کیا ہے بی بی۔۔۔ کل فیکٹری کی مشین نے
میرے ابا کے بازو کو چھوٹی مچھلی سمجھ کر کھا لیا اور جب
مالک آیا، بڑے غور سے سارا قصہ سنا تو بتا ہے کیا کیا بی بی
اس نے کہنے لگا۔

”عظمتی شے کی ہے، بازو اس کی اپنی عظمت کی وجہ
سے کٹا کیونکہ اس کا وحیان کام کی طرف نہیں تھا۔ اس
کے علاج کا خرچہ تو ہم کر دیں گے مگر اب یہ ہمارے لیے
نکارہ ہو گیا ہے۔“

یہ کہہ کر وہ آلتی پالتی مار کے بیٹھ گئی اور باتیں کرتے
ہوئے مسلسل بٹنے لگی جیسے اس کے اندر کوئی بڑا طوفان رہا
ہو، کہنے لگی، ”بتائی بی۔۔۔ جس گریب (غریب) کے گھر
میں آن ویلیاں (من بیای) تین دھیاں (بیٹیاں) ہوں،
سارے بچے کم (کام) پر جاتے ہوں اور خرچہ پھر بھی پورا
نہ ہو تو بی بی۔۔۔ وہ کم پر کیا دھیاں دے گا۔۔۔ اس نے
اور کیا سوچنا ہے بی۔۔۔؟“

اس نے اصل بات بتائی تو جو با میں نے بھی انہماک
افسوس کیا اور مشورہ دیا، تیرا ایک بھائی فیکٹری جاتا ہے نا،
تو دوسرے کو بھی وہاں ڈال دے۔“

اب اس نے لپٹا سر آہستہ آہستہ اوپر نیچے یوں ہلایا
جیسے اسے کائنات کا نظام سمجھ میں آ گیا ہو، جیسے واقعی
آسمانوں سے جواب مل گیا ہو۔ میری بات سن کر چند لمحے
خاموش رہی پھر بولی، ”تکلیف آئے تو بندہ پریشان تو
ہو جاتا ہے بی بی، پر کیا کریں گی، جس کی ساری عمر تین
ویلے (وقت) کی روٹیاں پوری کرنے میں گزر جائے اس
کے بھی حالات کبھی بدلتے ہیں۔۔۔؟“

”ہاں۔۔۔ مہنگائی بھی تو بہت ہو گئی ہے نا۔“
میں نے رسوا کیا۔

”لو نہیں جی نہیں، ہم کو منگائی نے کیا کہنا ہے، ج

کوئی مہنگی ہو تو کمہ (بڑھا) لیتے ہیں یا وہ چار گھر اور پھر
(بکن) لیتے ہیں پس اتنا فرق پڑتا ہے جی کہ پہلے چھیتی
(جلدی) قدرے ہو جاتے تھے پھر ذرا دیر ہو جاتی ہے۔
ویسے آپ ٹھیک کہتی ہیں جی۔۔۔؟ چھوٹا کب تک ویلیاں

(بے کار) کھائے گا ماشاء اللہ ست دروں (سات برس)
کا ہو گیا ہے، اب کوئی کم کرے پر وہ بڑا نکما بی بی جی،
بڑے بھائی سے اس نے کچھ نہیں سیکھا کم (کام) سے تو
دس کوس دور بھاگتا ہے جی۔ دکان پر جائے تو واپس پس

(بھاگ) آتا ہے، کہتا ہے، مالک ڈنڈوں سے مارتا ہے،
کوٹا (گدھا) نہ ہو تو! بھلا کم خراب کرنے پر وہ تجھے
طییلیں کھائے۔۔۔؟ اس کا اگر دو سو روپے کا نقصان
کرے، تو استاد کا اتنا حق ہے نلکی کہ وہ ڈنڈے مارے۔۔۔

اور بی بی جی بندھاریں کھا کھا کر ہی ٹھیک ہوتا ہے نلکی!“
میں اس کی باتیں سنتے ہوئے حیران آنکھوں سے
اسے دیکھتی رہی۔

وہ پھر ایک لمبی سانس لینے کے بعد بولی ”پر دنیا بھی
بڑھاتی ہے بی بی جی۔۔۔ بندہ آپ (خود بخود) سیدھا
ہو جاتا ہے۔“

یہ میری اس کے ساتھ ایسی نشست تھی جس میں
ہمارے پیروں پر ہنسی نہیں تھی۔

ماحول پر پھر خاموشی چھا گئی۔ بہت دیر سوچنے کے
بعد میں نے اس سے پوچھا ”صاروہ۔۔۔ تمہارا دل ترقی
کرنے کو نہیں چاہتا۔۔۔؟“

”ترقی۔۔۔ بی بی جی کرتا ہے، بڑا دل کرتا ہے، جس
گھر نا آپ کا دل کرتا ہے کہ آپ باہر کے ملک میں جا کر
بڑا۔۔۔ (بڑا) سامان لیں، موٹی کو ٹخی خریدیں، افسر
بنیں۔ مگر ہمارا دل یہ کرتا ہے جی کہ میرا نکا (چھوٹا بھائی)
شامیٹس پڑھ جائے یا اسے تئیں پڑھنا تو اپنا ایک رشکا
(رکشہ) خرید لے، ہمارا بھی دل کرتا ہے جی کہ ہم اپنا

ایک کمرے کا مکان لیں۔ پر بی بی جی بات ہے، سارا دن
کام کرنے کے بعد ان باتوں کا خیال نہیں آتا۔ ہمیں کوئی
پنگر (اچھا سا) خیال بھی آنے لگے تو نیند آ جاتی ہے،
تھکاوٹ بہت ہو جاتی ہے بی بی جی۔“

میرے سامنے صاروہ کے سنے پرت کل رہے تھے۔
میں نے حیرت سے پوچھا ”صاروہ۔۔۔ تم لوگوں کی زندگی
اتنی سخت ہوتی ہے۔۔۔؟“

وہ زرب لب مسکرائی اور بولی ”تئیں بی بی جی۔۔۔ یہ
بتاتے ہوئے لگ رہا ہے، دہت تھاری زندگی آپ لوگوں
سے کچھ اتنی مختلف نہیں۔ جس طرح حلال رزق کماتے
ہوئے آپ کو امیر سے امیر ترین ہونے میں بچاں ساٹھ
روپے لگ جاتے ہیں نا جی، اسی طرح ہمیں بھی غریب
ترین سے غریب اور غریب سے سوکھا (خوشحال) ہونے
میں اتنا ہی ٹیم لگ جاتا ہے۔

”اور ہماری زندگی اتنی اوجھی (سخت) نہیں، ہم بیٹے
ہیں، تالیاں بھی مارتے اور خوش بھی ہوتے ہیں جی، پس
مسئلہ تب بنتا ہے، جب روٹی پوری نہیں ملتی، روٹی پوری ہو
جائے تو آرام سے سو جاتے ہیں۔ نہ ملے تو آپس میں لڑتے
بھڑتے ہیں۔ میرا ابا غصے میں آکر لال کوٹ (مار) لیتا اور
اماں کا ابا یہ زور نہیں چلاتا تو وہ ابا کو، اس کے بھگن،
بھائیوں کو اور ماں بچو کو گالیاں دیتی۔“ یہ بتاتے
ہوئے وہ بیٹھے لگی۔

”وہ اس وقت تک گالیاں دیتی رہتی جب تک اسے
درد ہو تا رہتا اور ابا اس وقت تک اماں کو مارتا رہتا جب تک
تھک جاتا یا روٹی ٹوٹ جاتی۔“

”تمہاری مٹھی ہوئی تھی نا صاروہ۔۔۔؟“ میں نے
پوچھا ”وہ ٹوٹ گئی تھی جی، آپ کو بتایا تھا اس نے
مسکراتے ہوئے کہا۔

”ہاں بتایا تھا۔۔۔ وہ یوں نہیں آتا۔۔۔؟“ تجھے تو اچھا لگا

تھا ناوہ....؟“ ماحول ذرا کم سنجیدہ ہوا تو زندگی کے تلخ حقائق سے بچنے کا یہ سنہری موقع میں نے ضائع کرنا مناسب نہ سمجھا اور گھمبیر ماحول میں ہنسی شامل کرنے کی کوشش کی۔

لیکن صابرہ تو اپنی ہنسی جیسے گھر بھول آئی تھی، فوراً چہرہ سپاٹ کر کے بولی۔

”اتنا ٹیم ہمارے پاس کہاں ہوتا ہے جی کہ کسی سے محبت کریں اور پھر اسے یاد بھی کریں۔ ہمیں تو ماں بھی یاد نہیں آتی بی بی جی، ٹیم ملے تو اسے یاد کریں نا جی، تھوڑا سا ٹیم ملے تو گھر جا کے ابا یا بھائی سے کسی نا کسی بات پر لڑائی ہو جاتی ہے یا سو جاتے ہیں۔ اور محبت.... بس تو بہ کریں جی، یہ سیپا (محبت) ہے جی اور چار دن کا ڈرامہ! ہوتا کیا ہے جی، دو منٹ کا ہاسا، کھیڈ (ہنسی کھیل) پھر کسی کا دیاہ (بیباہ) کسی اور کے ساتھ اور کسی کا کسی کے ساتھ۔ اور بعد میں مصیبتیں اور ماریں.... کبھی دیا مارتی ہے کبھی خاوند اور کوئی نہ مارے تو پتھر ہی وڈا (بڑا) ہو کے دو چار چپیریں (تھپڑ) مار دیتا ہے۔ گلی محلوں کے بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے نا تو یہی کچھ سیکھتا ہے۔ ماں کے پاس کچھ سکھانے کا وقت نہیں ہوتا، ماں لاڈ کرتی جاتی ہے اور پتر و گڑتا (بگڑتا) جاتا ہے۔

”اور پتر کی مار تو ماں کو لگتی بھی نہیں جی، سنا ہے پتر کو لگ جاتی ہے۔ پتہ نہیں جی، لگتی ہے کہ نہیں مگر زندگی بہترین گزر جاتی ہے جی ایسے! یہ ہماری روزانہ کی زندگی کا حصہ ہے جی! اب جس کے ساتھ دیا ہو گا اس کے ساتھ ہی ہنس روئیں گے جی۔“

”صابرہ.... محبت کا پوچھا تھا تم سے“ میں نے اس کی باتیں یوں نظر انداز کرتے ہوئے کہا جیسے میں نے کچھ سنا ہی نہیں۔

”ہو جاتی ہے کچھ لڑکوں کو، باغل (پاگل) ہر

جگہ ہوتے ہیں نا جی۔ دیاہ کسی نہ کسی سے ہو ہی جاتا ہے ایویں ای ادھر ادھر منہ مارنے کا کیا فائدہ....؟“ انہی اس ویلے (وقت) ہوتا ہے جی جب ہماری کسی کام کر والی بہن کو کسی امیر گھر کا لڑکا خراب کرے۔“

اس نے مختصر جواب دیا، شاید وہ اس موضوع پر بارے میں زیادہ نہیں جانتی تھی۔ ”تمہاری ماں کیسے فور ہوئی تھی صابرہ....؟“ اس کی باتیں سن کے مجھے اس کی ماں یاد آگئی۔

”ٹی بی سے مری تھی جی، وہ لمبا بخار ہو گیا تھا۔ ڈاکٹر نے بخار کی دوائی لی.... پر آرام ہی نہیں آتا تھا۔ پھر پتا چلا بی بی ہے۔ کچھ دن کے بعد اس کی کہانی کھتم (ختم) ہو گئی۔“

”لیکن ٹی بی کا علاج تو مفت ہوتا ہے۔“ میں نے حیرت کا اظہار کرتے ہوئے کہا۔

”ہاں جی ہوتا ہے مگر اسپتالوں میں جا کر دیکھیں بی بی، جس کے متھے (ماٹھے) پر غریب لکھا ہوتا جی، اسے سرن اور دوائی کے بغیر ہی زہر کا ٹیکہ لگا دیتے ہیں، تڑپ تڑپ کر مری تھی اماں، ڈاکٹروں نے مارا ہے اماں کو بی بی، ٹیم پر چیک ہی نہیں کیا۔ مگر موت تو اس ”قادر“ کے ہاتھ ہے نا بی جی، ”قادر“ نے واپس بلا لیا تھا جی اماں کو۔“

وہ اصرار نہ ہو کر آسمانوں کو گھورنے لگی۔

”تم نے کبھی بتایا ہی نہیں صابرہ کہ تم لوگوں کی زندگی اتنے مشکل اور تکلیف دہ مراحل سے گزرتی ہے۔ جب بھی روپے پیسے کی یا میری ضرورت ہو بلا جھجک مجھ سے مانگ لینا۔“

”سیں بی بی جی نہیں، ہم پہ رحم نہ کھاؤ۔“ وہ یوں چیخی جیسے میں نے اس سے ہمدردی کا اظہار نہیں کیا بلکہ چھری سے اس کا گلا کاٹنا شروع کر دیا ہو۔

میں صابرہ بولی۔

”دیکھیں بی بی جی، آپ لوگوں کی طرح ہم میں بھی ہر طرح کے لوگ ہوتے ہیں۔ اللہ سوہنے کی زمین پر ہماری جگہ ہے تو اس نے رکھا ہوا ہے نا جی اور ہمارے نبی رسول ﷺ نے کہا ہے کہ امیروں کو بھی ہم غریبوں کے مددے ہی رب سوہنا مال دیتا ہے۔ دیکھو بی بی جی! ہم کتنے نصیبیوں والے ہیں! اچھے برے لوگ تو ہر جگہ ہوتے ہیں نا ہم میں بھی ہوں جی، اوکھے (پریشان حال) غریب اور سوکھے (خوشحال) غریب۔“

”سوکھے ایک کمرے کے گھروں میں رہتے ہیں اور اوکھے جمبو پڑیوں میں جو گرمیوں میں چولہا بن جاتی ہیں، مرد ہاں میں برف خانہ اور بارش میں چونا (نپکنا) شروع کر دیتی ہیں۔ آپ میں بھی کچھ لوگ زیادہ امیر ہیں کچھ گھٹ (کم) لیکن اصل بات شکر کی ہے بی بی جی، ہر جگہ اس رحیم کا شکر کرنا چاہیے۔“

یہ کہ کر صابرہ نے دوپٹہ سر پہ لے لیا، ہاتھ باندھے اور آٹھیں یوں جھکا لیں جیسے خدا کے حضور سجدہ ریز ہو گئی ہو۔

”رب نے بڑا سوکھا رکھا ہوا بی بی جی.... آپ کی تو دوستی ہے نا امیر لوگوں سے، ان سے کہا کریں جی کہ ہم پر ترس نہ کھایا کریں۔ بس ایک مہربانی کریں، ہمیں بکھا (بھوکا) نہ رکھیں، آگے (بھوک) بڑی عالم چیز ہے جی، بڑی ہی عالم.... کچھ بندے (انسان) کو بندہ نہیں رہنے دیتی، بندے کو جانور بنا دیتی ہے۔ بس ہمارا حق نہ مارا کریں۔ اللہ کریم ان پر بھی کرم کرے گا۔ ہم تو بڑے خوش نصیب بی بی۔“

یہ کہ کر صابرہ نے جھاڑو پکڑا اور کمرے کی صفائی کے لیے اللہ کھڑی ہوئی۔ میں حیرت سے اس کا چہرہ دیکھنے لگا۔ اچانک وہ مڑی، اس نے بے توجہی سے اپنے ہاتھ کو پانچ سات مرتبہ الٹ پلٹ کر دیکھا پھر اس کی نظریں ہاتھ

کی لکیروں میں الجھ گئیں جو آپس میں بری طرح گھٹم گھٹا تھیں۔ وہ کچھ دیر انہیں دیکھتی رہی.... اس دوران اس کے دماغ میں معلوم نہیں کیا کچھ پکٹا رہا.... اس نے آہستگی سے ہاتھوں کی لڑتی جھکڑتی لکیروں کو ان کی حالت پہ چھوڑا اور اس کی نظریں کھڑکی کے شیشوں کو توڑتی اور بادلوں کو چہرتی ہوئی جواب کی تلاش میں بڑے احترام سے آسمانوں کے اندر جا گھسیں.... پھر کچھ دیر کے بعد اس کی پلکیں ٹکا ہوں کی کامیابی پر تالیاں بجاتے ہوئے نیچے جھک گئیں اور وہ دوپٹہ سنبھالتے ہوئے بولی:

”برتن دھونے اور جھاڑو پھیرنے والے ہاتھ سوہنے (خوبصورت) کیسے ہو سکتے ہیں جی، پھر ہم نے سوہنے ہاتھوں کو کرنا بھی کیا ہے جی.... جس نے چپ چاپ حکم ماننا ہوا اس کے لیے ہاتھ ایسے کوئی اہمیت نہیں رکھتے، ہاتھ تو ان کے سوہنے ہوتے ہیں جنہوں نے فالتوں پر حکم لکھنے اور فیصلے کرنے ہوں۔“

بی بی! حکم لکھنا بڑے نصیبیوں کا کام ہے مگر ان سے کہو کہ حکم لکھیں ظلم نہ لکھیں.... اپنے سوہنے ہاتھوں کو سوہنا رہنے دیں ”کو جا، (بد صورت) نہ کریں۔ ہمارے ہاتھ سوہنے ہوں یا کوہے، اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا بی جی۔“



ایک معلوماتی اور مفید رسالہ ہے۔ اسے اپنے حلقہ احباب میں بھی متعارف کرایئے.....

مکرمیم نے صبح آٹھ بجے اپنے آفس کا بیرونی گیٹ عبور کیا تو دفتر کی قریبی مسجد سے ایک اعلان کی صدا بلند ہو رہی تھی۔ اس اعلان سے مکرمیم کے دل پر سوگواری اور افسردگی چھا گئی۔

پکے پیٹھکے

اعلان میں بتایا جا رہا تھا کہ دفتر کے اسٹینو گرافر عرفان قریشی کے والد بزرگوار فوت ہو گئے تھے۔

سید نوشاد کاظمی

عرفان قریشی مکرمیم کا کوئیگ تھا۔ سید حاسدا بندہ، دفتری امور کی انجام دہی میں کوتاہی نہ برتنے والا۔ جب بھی اس پر نظر پڑتی اپنی سیٹ پر ٹکا بیٹھا نظر آتا۔ کمپیوٹر پر جھکا ہوا۔ بے چارے کے سر کے سارے بال جھڑ گئے تھے۔ شاید کسی گھریلو پریشانی یا ٹینشن کی وجہ سے۔

عرفان قریشی نے کبھی اپنے کام اور فرائض کی ادائیگی میں غفلت یا سستی کا مظاہرہ نہیں کیا تھا بلکہ یہ غلوں کا بندہ دوسرے اسٹینو گرافروں کے کام بھی کرتا رہتا تھا۔ اس نے کبھی کام کی زیادتی کا شکوہ نہیں کیا تھا۔ ڈی جی صاحب کا کہنا تھا کہ میں جب بھی ادھر سے گزرتا



ہوں، مجھے ہمیشہ وہ گنجائشیں اپنی سیٹ پر نظر آتا ہے۔ دوسرے تین اسٹینو گرافروں کو میں نے کبھی اپنی

عرفان قریشی طبیعت کا ملول قول و فعل کا صاف و کھرا اور وعدے اور اصول کا پابند، سفید پوش مگر خود دار تھا۔ والد گزشتہ ایک برس سے بیمار تھے۔ بے چارے نے کی بیماری کے دوران بھی بہت کم چھٹیاں کی تھیں۔ وہ تو سب کے کام کرتا تھا۔ اس کی جگہ کوئی دوسرا کرنے پر آمادہ نہ ہوتا تھا۔ ایک دوسرے اسٹینو کی عرفان قریشی کے ساتھ تقرری ہوئی تھی، جو بلا کا شاطر اور ذہین تھا۔ اس نے اڑھائی برس ہی اس دفتر میں گزارے اور پھر اپنے

بہر اچھی سی اور ناجائز آمدنی آدمی کی فکر میں اپنی فکر پیدا کر دیتی ہے کہ آدمی سچے اور لاپرواہ میں تمیز چھوڑ دے۔ یہ سلسلہ کئی نسلوں تک دراز ہو جاتا ہے۔



تعلقات و اثر و رسوخ کو استعمال میں لا کر وزارت میں براجمان ہو گیا تھا۔ جہاں وہ بڑی ٹھات بھات و تمکنت سے وزیر صاحب سے اپنی ذاتی تعلقات و مراسم جتا کر محکمہ کے چھوٹے بڑے ملازمین کو ہراساں کرتا رہتا تھا۔ حتیٰ کہ آفیسران بھی اس کے سامنے دم سادھ لیتے تھے۔ لیکن عرفان قریشی کے سیاسی تعلقات کا کوئی ایسا دائرہ کار نہ تھا۔ وہ ملک کے محنتی اور کام کرنے والے طبقہ سے تعلق رکھتا تھا۔ یہی وہ طبقہ ہے جس کی توانائیوں اور محنتوں سے ملک کی معاشی و اقتصادی رگوں میں گرم لہو دوڑتا ہے۔ یہی طبقہ ملک و ملت کی و گروں حالت اور دم توڑتی ہوئی بیٹیوں کو مسلسل قوت حیات فراہم کرتا ہے۔ اب اس طبقہ کا دم گھٹنا جا رہا ہے۔ اگر اس کے نیم مردہ جسم سے جان نکل جائے تو پھر باقی کچھ نہیں بچے گا۔ ہر سواند میرا ہو گا اور پٹکار بر سے گی۔ مقتدر طبقہ کے انتظامی ڈھانچہ کی ثلث اس طرح مسمار ہو گی کہ ڈھونڈنے سے بھی اس کا نشان نہیں ملے گا۔

مکرمیم نے عرفان قریشی کے والد بزرگوار کی فوتگی کے اعلان سے اندازہ لگایا کہ دفتر میں افسردگی کی فضاء پھیلی ہوئی ہوگی، لیکن جب وہ دفتر پہنچا تو اس کے آس پاس کی عمارت زمین بوس ہو گئی۔ ناظم صاحب نائب قاسموں اور کلرکوں کو جھاڑ پلا رہے تھے اور انہیں کام پھرنی پر طعن و تشنیع کے نشتروں سے زندہ درگور کرنے کے دہسے تھے۔ ایڈمن افسر صاحب ہیڈ کلرک کو پاس بلھا کر کسی ضروری فائل کے بارے میں اپنی دور رس تقریریں اور بصیرت افروز رائے و مشاورت سے نوازا رہے تھے۔ شاید یہ فائل اوپر کی آمدنی کے لیے نہایت اہم تھا۔ سب سے اوپر ڈپٹی کے کلرک بھی اپنی اپنی سیٹوں پر بندھ گئے تھے۔ جو بات بات پر قہقہے لگا رہے تھے۔ شعبہ حسابات کا عملہ البتہ مستعدی سے اپنے کام میں مصروف

تھا۔ دفتر کا اکاؤنٹنٹ حسب معمول اپنی فائلوں پر جھکا ہوا تھا۔ جیسے اسے دنیا جہاں کی مطلق خبر ہی نہ ہو۔

مکرمیم ایڈمن آفیسر کے آفس، شعبہ حسابات، اکاؤنٹنٹ کے آفس، شعبہ تعمیرات اور شعبہ کو آرڈینیشن سے ہوتا ہوا عرفان قریشی کے آفس میں پہنچا تو وہاں کوئی نہ تھا۔ ایک نائب قاصد نے استفسار پر بتایا کہ ”دوسرا اسٹینو گرافر حلیم عرفان قریشی کے والد صاحب کی فوتگی کی اطلاع ملتے ہیں اپنے بانیگ پر عرفان قریشی کے گھر چلا گیا ہے۔“ مکرمیم نے دوبارہ پوچھا ”کیا آفس کے باقی لوگ نہیں گئے؟“

”ہمیں کیا معلوم جی، جس کی مرضی ہوتی ہے چلا جاتا ہے“ نائب قاصد نے گول مول جواب دیا۔

مکرمیم کو بڑا دکھ ہوا۔ دفتر میں کسی کو عرفان قریشی کے غم اور دکھ کا احساس نہ تھا۔ ایسا لگ رہا تھا کہ جیسے کچھ ہو ابھی نہیں۔ کسی شخص نے ہمدردی اور ہمنگساری کے دو الفاظ بھی نہیں کہے۔ البتہ اکاؤنٹنٹ کلرک قمر سلطان نے مکرمیم کے ساتھ عرفان قریشی کے والد صاحب کی وفات پر گہرے دکھ کا اظہار کیا۔ قمر سلطان جلد از جلد عرفان قریشی کے گھر جانا چاہتے تھے تاکہ عرفان قریشی کا غم اور دکھ بانٹ سکیں، اس کی دلجوئی کر سکیں اور دکھ کی اس گھڑی میں چند جملے ہمدردی کے جا کر تو کہیں، مگر وہ دفتر معاملات میں بری طرح الجھے ہوئے تھے۔ وہ بھی بے چارے مظلوم اور بے سفارش تھے۔ ان کا بھی کوئی سیاسی تعلق کا دائرہ نہ تھا۔ لہذا اس تصور کی پاداش میں انہیں دوہرا کام سونپا گیا تھا۔ مکرمیم جلد از جلد عرفان قریشی کے گھر جانا چاہتا تھا، لیکن وہاں جانے کے لیے دو تین گاڑیاں بدلنی پڑتی تھیں۔ لامحالہ اس تک وہ دو میں بہت سا وقت صرف ہو جاتا۔ مکرمیم نے اپنے دفتر کے ڈرائیور فسمین کا انتظار کرنا ضروری سمجھا کیونکہ اس کے پاس

بانیک تھی۔۔۔۔۔ یہ پریوں کا شہزادہ ہمیشہ دس گیارہ بجے خراماں خراماں دفتر میں اک ادائے بے نیازی سے آوارہ ہوتا تھا۔۔۔۔۔ خدا خدا کر آخر کار دس بجے کے لگ بھگ ڈرافٹسمن صاحب آئے تو مکرم نے جھٹ کہا کہ ”آؤ! عرفان قریشی کے گھر چلیں۔ عرفان قریشی کے والد صاحب وفات پا گئے ہیں۔“ ڈرافٹسمن نے گھور کر پہلے مکرم کو دیکھا اور پھر آنکھیں چمکا کر بولا:

”صبر کر مکرم!۔۔۔۔۔ ادھر تک کر بیٹھ۔۔۔۔۔ نماز جنازہ کے وقت چلے جائیں گے۔۔۔۔۔ تجھے پتہ نہیں۔۔۔۔۔ ایکسین صاحب نے مجھے Asbtract of Cost اسٹریکٹ آف کاسٹ بنانے کا کہا ہے۔۔۔۔۔ عرفان قریشی کے والد ہی فوت ہوئے ہیں۔۔۔۔۔ کوئی قیامت تو نہیں آگئی۔“

مکرم مزید کچھ نہ کہہ سکا اور چپکے سے آفس سے باہر نکل آیا۔۔۔۔۔ کچھ پیدل اور کچھ گاڑی پر سفر کر کے جب وہ عرفان قریشی کے گھر پہنچا تو جنازہ گاہ میں لایا جا چکا تھا اور لوگوں کا جھوم نماز جنازہ کی ادائیگی کے لیے صف بندی کر رہا تھا۔

مکرم بمشکل نماز جنازہ میں شریک ہو پایا۔ نماز جنازہ کی ادائیگی کے بعد مکرم نے دیکھا کہ آفس کے ڈائریکٹر اور دیگر آفیسران کی چمکتی دکتی گاڑیاں کھڑی ہیں۔ چند لمحوں بعد ڈائریکٹر صاحب، اسسٹنٹ ڈائریکٹر اور ایڈمن آفیسر صاحب نماز جنازہ ادا کرنے والوں کے جھوم سے نکل کر ادائے بے نیازی اور تمکنت کے ساتھ اپنی اپنی گاڑیوں میں بیٹھے، کن آنکھوں سے مکرم کی طرف دیکھا، آپس میں کھسر پھر کی اور پھر میدان سے چلے گئی۔ ان لوگوں سے اتنا بھی نہ ہوا کہ مکرم اور اس کے دو تین دفتر کے ساتھیوں کو اپنے ساتھ گاڑی میں بٹھا کر دفتر لے جانے کی جھوٹی دعوت ہی دے دیتے۔

اب لواحقین نے میت کا تابوت کندھوں پر اٹھالیا

تھا۔ یہ لوگ ہولے ہولے قدموں کے ساتھ قبرستان طرف چل پڑے۔ کئی لوگ با آواز بلند کلمہ طیبہ کا ورد رہے تھے۔ اس ذکر جلی کی لے بلند ہو کر مدہم ہو جاتی پھر دم توڑ دیتی۔ جھوم میں سے پھر کوئی پکارتا ”کلمہ شریف پڑھنے سے نہ شرماء۔۔۔۔۔ اس پکار پر ذکر کی لے پھر بلند جاتی، لیکن جھوم میں زیادہ تر لوگوں نے چپ سا دھڑکتی تھی۔ کچھ آپس میں باتیں کر رہے تھے۔ اب جھوم چھو رہا تھا۔ لوگ چپکے چپکے اس انداز سے جھوم سے الگ رہے تھے، جیسے اک ناگہانی آفت جاں سے جان چھوٹی ہو مکرم بھی سبک روی سے جھوم کے ساتھ چلا جا رہا تھا۔ اس کے لبوں پر مکمل سکوت تھا، گویا ہونٹ سٹل ہو ہوں، مگر دماغ تیز و تند خیالات کی آماجگاہ بنا ہوا تھا خیالات کے کئی جھکڑ چل رہے تھے۔ اس نے کئی جنازوں میں شرکت کی تھی۔ جنازوں میں شریک ہونے والے لوگوں کی گاڑیوں کی زیادہ تعداد کو عزت و توقیر کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ کسی وزیر مشیر کی شرکت تو لازماً باطن عزت و شرف سمجھی جاتی ہے۔ لیکن عرفان قریشی کے والد ایک عام آدمی تھے۔ وہ بھی غنیمت تھا کہ دفتر کے افسروں نے اس جنازہ میں شرکت کسر شان نہ سمجھی اور نماز جنازہ میں شریک ہو گئے۔ مکرم کو یاد پڑا کہ جب منسٹر صاحب کے والد گرامی فوت ہوئے تھے تو دفتر کے بعض افسروں نے منسٹر صاحب کے گھر اپنا پکا ٹھکانہ بنا دیا تھا۔ اپنے خرچ پر دیگیں پکوا کر لے جاتے تھے۔ چالیسواں تک تو بد رس کے بچوں کو بلا کر ان سے قرآن خواہ کرواتے رہے۔ دفتر حاضری کے بعد سیدھے وزارت میں چلے جاتے اور پھر وہاں حاضری لگوانے کے بعد دن ڈھکے دفتر پہنچتے۔ مگر عرفان قریشی کے والد کی فوتگی پر تو سب نے یوں منہ بنالیا تھا جیسے کسی بہت بڑے نواب یا رئیس زادہ کو اپنی قیمتی پوشاک پر کیچڑ کے چھینٹے پڑنے ناگوار

گرتے ہیں۔۔۔۔۔ بے بس دے نوا، بے سفارش، غریب و بے بضاعت، محب وطن و قوم، ایماندار و دیانت دار آدمی کے نصیب ہمیشہ ایک جیسے ہی رہتے ہیں۔ خواہ وہ مزدور ہو، کھیتک ہو، دوکاندار ہو، یا کسی ادارے میں کلرک، اسٹیو، پاپسٹ یا نائب قاصد۔ کسی بھی معاشرتی سطح پر اسے جاکر مقام نہیں مل پاتا۔

مکرم جنازہ کے ساتھ چلا رہا۔ جنازہ گندم کے کھیتوں کی طرف سے گزارا کیا۔ راستہ تنگ تھا۔ چلنا دشوار ہو رہا تھا۔ جھوم کے لوگ ایک ایک کر کے ایک دوسرے سے آگے نکلنے کی کوشش کے ساتھ آگے بڑھنے لگے۔

کل طیبہ کا روہم مدہم پڑنا شروع ہوا تو کسی نے مدہم پڑتے ہوئے ذکر میں پھر سے ابھار لانے کے لیے زور سے صدائے ”لا الہ الا اللہ“ اس کے ساتھ ہی ”نہ ہائے اللہ“ کی صدا ”دھپ“ کی آواز کے ساتھ سماعت سے نکل آئی، جس سے سب کی دلی دلی ہنسی نکل گئی۔ پھر جھوم پکارنے لگا۔ ”وہنمو۔۔۔۔۔ نیچے کون گر گیا ہے۔ ذرا نیچے اتر کر اٹھنا۔ پوٹ تو نہیں آئی۔۔۔۔۔“ دراصل تنگ منہ صبر سے گزارتے ہوئے کوئی نیچے گر گیا تھا اور گرتے ہوئے ”ہائے اللہ“ پکارا تھا۔

جنازہ دفن کر کے قبر پر ہاتھوں سے مٹی ڈالنے کے بعد مکرم عرفان قریشی کے ساتھ قبرستان میں آگے ایک درخت کے گھنے سائے میں بیٹھ گیا۔ عرفان قریشی بے چارہ درد الم میں ڈوبا ہوا تھا۔ دفتر کے سب لوگ تو نماز جنازہ کی ادائیگی کے بعد چلے گئے تھے۔ صرف مکرم ابھی تک یہاں تھا۔ مکرم عرفان قریشی سے رخصت لینے کا ارادہ کر رہا تھا کہ ایک طرف سے جھومتے جھامتے ڈرافٹسمن صاحب آپہنچے اور عرفان قریشی سے ہمدردی ظاہر کرتے ہوئے افسوس کا اظہار کرنے لگے۔ مکرم نے ان سے پوچھا ”اسٹریکٹ آف کاسٹ“ بن گیا تھا سر؟۔۔۔۔۔

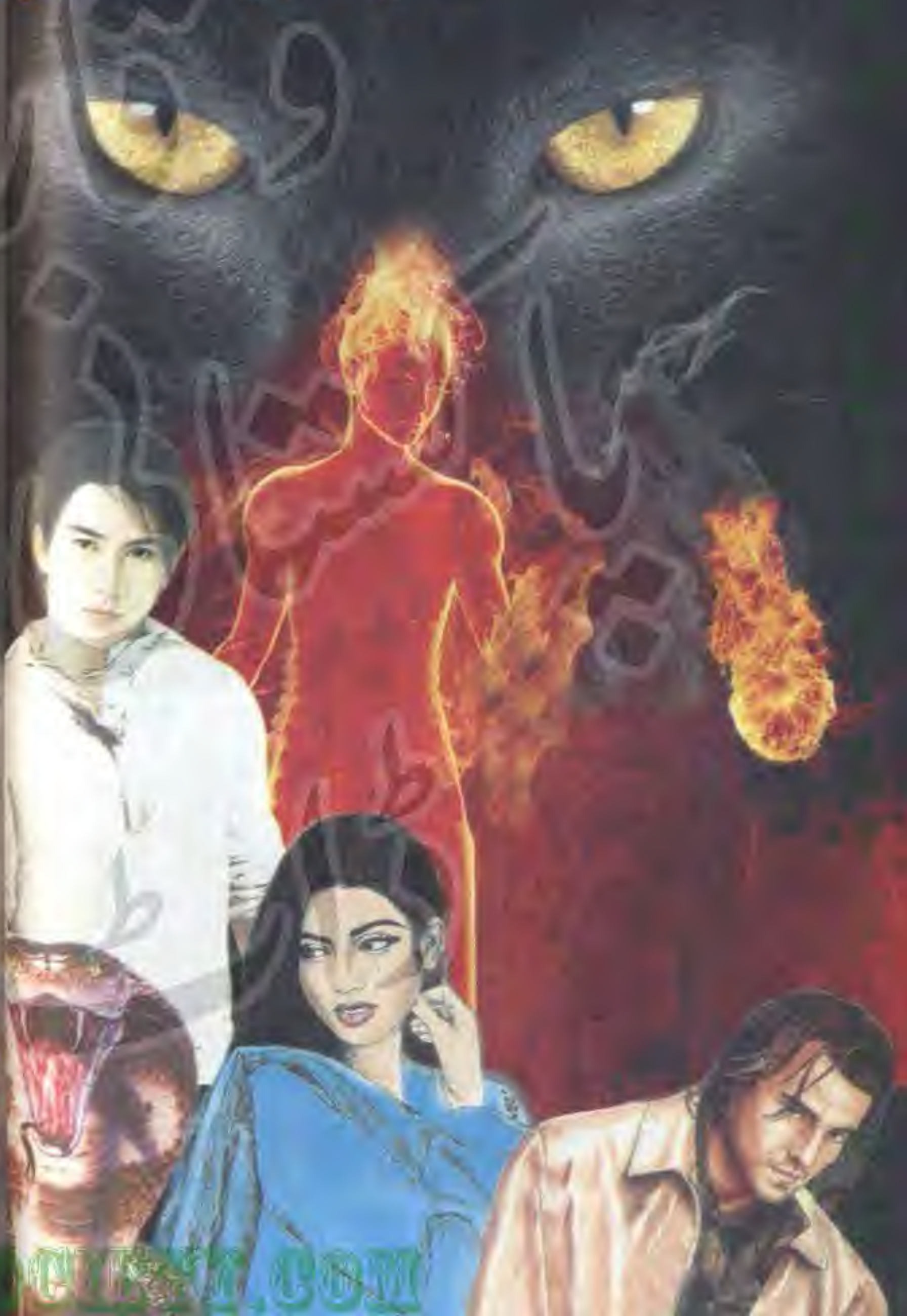
انہوں نے جھنجھلا کر کہا ”بھاڑ میں جائے (Asbtract of Cost)۔۔۔۔۔ اسٹریکٹ آف کاسٹ۔ میں تو اسی وقت دفتر سے نکل آیا تھا جب مسجد سے فوتگی کا اعلان سنا۔ راستے میں بانیک خراب ہو گئی تھی۔ تب یہاں تاخیر سے پہنچا ہوں۔۔۔۔۔ اس بانیک کی خرابی کی وجہ سے نماز جنازہ میں بھی شریک نہ ہو سکا۔۔۔۔۔ عرفان قریشی بولا۔۔۔۔۔ ”نہیں ڈرافٹسمن صاحب! اکثر ایسا ہو جاتا ہے۔۔۔۔۔ آپ کے دل میں تڑپ تھی۔۔۔۔۔ تب ہی یہاں پہنچے ہو۔“

عرفان قریشی جب کسی تعزیت کے لیے آنے والے شخص کے ساتھ تھوڑا پرے ہوا تو ڈرافٹسمن صاحب نے دھیمے لہجے میں مکرم کو مخاطب کیا۔

”اوائے مکرمیے!۔۔۔۔۔ اب چل بھی نا۔۔۔۔۔ ادھر پکی بیٹھک تو نہ لگا۔ چل میرے ساتھ تجھے بانیک پر بٹھا کر لے جاؤں گا۔۔۔۔۔ پھر نہ کہنا کہ تمہاری بانیک ہمارے کچھ کام نہیں آتی۔“ مکرم جھٹ بولا:

”آپ کی بانیک تو پہلے ہی خراب ہے۔۔۔۔۔ مجھے ساتھ کیسے لے جائیں گے سر۔۔۔۔۔؟“ ڈرافٹسمن صاحب مکرم کے اچانک اس استفسار پر جھینپ گئے اور پھر سرگوشی سے بولے۔۔۔۔۔ اوائے سمجھا کر۔۔۔۔۔ نا۔۔۔۔۔ عرفان قریشی کے آگے تو کوئی بہانہ کرنا ہی تھا نا۔ ”مکرم مزید کچھ استفسار نہ کر سکا۔ جب ڈرافٹسمن صاحب بانیک اسٹارٹ کرنے لگے تو ایک مہنگی گاڑی اچانک آ کر رکی، تو مکرم نے دیکھا کہ یہ اس کے ادارہ سے بڑے بڑے تعمیراتی ٹھیکے لینے والے ٹھیکیدار وجاہت صادق تھے۔ ڈرافٹسمن صاحب نے انہیں جھک کر خوشامداند سلام کیا اور پھر مودبانہ لہجے میں بولے۔۔۔۔۔ ”سر! آپ کا 35 لاکھ کا بل میں نے بنادیا ہے، لیکن کچھ میری فیس کا بھی دھیان رکھنا۔“ وجاہت صاحب جھٹ بولے۔۔۔۔۔ ”ہاں ہاں۔۔۔۔۔ کیوں نہیں۔“ اتنا کہہ کر وجاہت صادق صاحب نے اپنی

اگیا بیٹاں



معرزہ قتلوں کا خلاصہ: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی، جو ایک پڑھے لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، والدہ بی بی مدد و نیکی جتنی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث ہے۔ شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ کاروباری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی جنات کی مدد کی۔ میرے استفسار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان ذائقہ، کراچی میں رہنے والی ایک دو شیئرہ عیال پر بڑی طرح مر مٹا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، کراچی کے ایک روحانی بزرگ محترم شاہ صاحب نے اس معاملے کو نمٹانے میں اہم کردار ادا کیا۔ چند شیطانی عمل کے ذریعے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل بھی پیش آئی۔

اس قصے میں ایک کردار اس کا ایک چیلہ بھی ہے جس نے گرو کے چروں میں کئی برس اس لیے گزار دیے کہ وہ جادو اور جنات پر قابو پانے کا عمل سیکھ سکے۔

انہوں کی ایک لڑکی عیال ایک جن لڑکے زائم کی محبت میں گرفتار ہو جاتی ہے۔ دوسری طرف زائم کے مشورہ سے عیال اپنے والد سلیم احمد کے بزنس میں مدد کرنے لگتی ہے۔ زائم کے مشوروں سے سلیم احمد کے کاروبار میں خوب ترقی ہوئی۔ کراچی کے ایک جادوگر نے جن قابو کرنے کی خواہش میں زائم پر حملے شروع کئے اور آخر کار اسے قید کرنے میں کامیاب ہو گیا۔

ہاں....! اب یہ ہماری قید میں ہے لیکن یاد رکھ....!

انسان ہوں یا جنات، پرندے ہوں یا حیوانات، قید کو کوئی بھی پسند نہیں کرتا۔
پھر گرو....؟

سامری اسے اپنا قیدی نہیں بلکہ اپنا معمول بنائے گا۔
سامری اسے مالک کی مرضی کو سمجھتا اور پالتو کتے کی طرح مالک کے اشاروں پر چلنا سکھائے گا۔

لیکن کتنا تو ایک وفادار جانور ہے۔ یہ تو ایک جن ہے۔
جن.... یہ جن ذادہ آدمی کا اور وہ بھی ایک ایسے آدمی کا جس نے اسے قید کر لیا ہو، وفادار کیوں ہو گا....؟

شیطان کے پجاریوں کو کسی کی وفاداری کی کوئی ضرورت نہیں ہوتی۔ ہمیں وفاداری کی نہیں صرف تابعداری کی ضرورت ہوتی ہے۔

جب تک کسی کی وفاداری کا یقین نہ ہو اس کی تابعداری پر بھروسہ کیسے کیا جاسکتا ہے....؟

تو نے رپوٹ دیکھے ہیں یا ان کے بارے میں

قصہ نمبر 23

زائم آگ کے حصار میں بے بس اور لاچار پڑا ہوا تھا۔
اے کا جسم جبکہ سے جھلس گیا تھا۔ جھلنے کی تکلیف بہت شدید تھی۔ زائم کو قابو کر لینے پر سامری خوشی سے پاگل ہو جا رہا تھا۔ سامری اور چاند میاں خوشی میں بہت دیر تک قہقہے لگاتے رہے۔ اچھل کود کرتے رہے۔

زائم تکلیفوں سے کرا رہا تھا۔ لیکن اس دوران بھی اسے رہہ دے کر عیال کا خیال آ رہا تھا۔ ان جادوگروں نے مجھے تو قابو میں کر لیا ہے، اب یہ لوگ کہیں عیال کو کوئی نقصان نہ پہنچائیں۔

کچھ ہو گئی تھی۔ سڑک پر لوگوں کی آمد و رفت شروع ہو گئی تھی۔ آسمان پر گہرے بادل اب بھی چھائے ہوئے تھے۔ کبھی کبھی پھوار بھی پڑنے لگتی۔

کچھ بھی.... ہمیں سونے سے پہلے اس جن ذادے کے لیے فرار کی راہیں بند کرنی ہیں۔

نکلیے جن ذادہ اب ہماری قید میں نہیں ہے....؟

کچھ سنا ہے۔

جی کرو۔ سنا تو ہے۔

روبوٹ اپنے مالک کے وفادار ہوتے ہیں یا تابعدار....؟

ہاں واقعی کرو....! کیا پتے کی بات کہی ہے۔

جب روبوٹ اپنا کام پورا کر لیتا ہے تو کیا ہوتا ہے۔

اسے اسٹور میں یا کسی اور جگہ رکھ دیتے ہیں۔

اور جب روبوٹ کام کے قابل نہ رہے تو....؟

تو اسے کباڑ خانے میں ڈال دیتے ہیں یا اس کا لوہا بچ کر اس پیسے سے ریوڑھیاں کھا لیتے ہوں گے....

ہا ہا ہا ہا.... چاند میاں کی اس بات پر دونوں پھر پاگلوں کی طرح ہنسنے لگے۔

شیطان اور اس کے پجاری بھی لوگوں سے اپنا کام نکالتے ہیں.... بس پھر تو کون اور میں کون....

یہ تو بہت عام سی بات ہے۔ دنیا میں ہر جگہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ کام کے وقت کسی آدمی کے ساتھ لوگوں کا رویہ

کچھ اور ہوتا ہے اور بعد میں کچھ اور۔ وہ کہتے ہیں ناکہ مطلب کے وقت تو بعض لوگ گدھے کو بھی باپ بتا لیتے ہیں۔

دیکھ....! جو لوگ صرف مطلب کی دوستی رکھتے ہیں۔ کم یا زیادہ عرصہ کام لینے کے بعد اپنے ساتھیوں سے

آنکھیں پھیر لیتے ہیں، وہ اپنے اس عمل سے دانستہ یا بغیر دانستہ شیطان کو خوش کر رہے ہوتے ہیں۔

ہیں....؟ چاند میاں اس بات پر کچھ زیادہ ہی حیران ہوا۔

ہاں.... اور یاد رکھ....! شیطان کے ہاں بھروسے کی بنیاد ہے خود غرضی۔ شیطان کو وہ لوگ پسند نہیں جو

دوسروں کی خاطر اپنا حق چھوڑ دیتے ہوں۔

شیطان کو انسان کی نظروں میں دوسرے انسان کی

عزت پسند نہیں ہے۔ شیطان انسان کو انسان سے

خوش ہوتا ہے۔ شیطان چاہتا ہے کہ انسانوں میں بدگمانی

شکوہ پھیلے، لوگ ایک دوسرے سے دشمنی کریں

شیطان چاہتا ہے کہ انسانوں میں بھائی بھائی سے لڑ رہا ہو

والدین سے لگ کر رہی ہو، والدین اولاد سے ناراض رہیں

شیطان ان انسانوں کو پسند کرتا ہے جو اپنے ذرا

فائدے کے لیے دوسرے انسان کو زیادہ سے زیادہ نقص

پہنچانے پر بھی تیار ہو جائیں۔

شیطان کی پسندیدہ ان باتوں کا اس جن سے

تعلق ہے کرو....!

مجھے اس جن کو اپنے اشاروں پر چلنے کی تربیت

دینی ہے اور اسے اپنے اشاروں پر چلنے پر مجبور

ہے۔ اس کام کے لیے میں اسے خود غرضی سکھاؤں

اس کی بڑھتی ہوئی خود غرضی اور لالچ اسے خود

میرا تابع دار بنادے گی۔

اور وہ جو آپ نے کہا تھا کہ ہر قیدی میں قید

اور ہاں.... تو....! تو بھی یہ بات یاد رکھنا....

سامری نے قہر آلود نگاہوں سے چاند میاں کی طرف

دیکھتے ہوئے کہا۔

م م م.... سراج جی۔ کرو۔ م م م میں آپ

کے پاس سے کہاں جاؤں گا۔ میں ہمیشہ آپ کے پاس

رہوں گا اور آپ کے حکم پر چلوں گا۔

ہاں ہاں.... ٹھیک ٹھیک ہے.... اور تو کہیں

جا بھی نہیں سکتا۔ اگر کبھی ایسا سوچا بھی تو میں تجھے

برہاد کر دوں گا۔

کرو.... جو شیطان کا اچھا پجاری بننا چاہے وہ آپ کو

چھوڑنے کا تصور بھی نہیں کر سکتا۔

ہوں....! میں نے تجھے کئی برس کام سکھائے

تھے۔ تیرے اندر برائیوں کو سمجھنے کی، اور برائیاں

پھیلانے کی اچھی صلاحیت ہے، میں تجھے اور بھی کئی بری

برائی باتیں بتاؤں گا۔

میں تجھے بتاؤں گا کہ انسانوں کو کیسے کیسے طریقوں

قیدی کے لیے ہتھیار بنائیں گے۔

دھماکے کی آواز پر سلیم احمد اور جمیلہ بیگم کی آنکھ

بھی کھل گئی۔ پہلے تو انہیں کچھ سمجھ نہ آیا لیکن چند سیکنڈ بعد

بجلی چمکی اور بادل گرے تو وہ اس دھماکے کو بھی بادلوں کی

گرج ہی سمجھے۔

لگتا ہے کہ تیز بارش ہونے والی ہے.... سلیم احمد نے

اپنی اہلیہ سے کہا۔

جی لگتا تو ہے۔ مگر کراچی کے موسم کا کچھ پتہ نہیں

ہوتا۔ میں ذرا عیشال کو دیکھ آؤں۔

اوہ عیشال اپنے کمرے میں ٹہل رہی تھی۔ اسے

زائم کی موجودگی کا احساس ہوا تھا یا اپنے گھر کے باہر آگ کا

ایک شعلہ سالپکتا بھی محسوس ہوا تھا۔ لیکن وہ سمجھ نہیں

پائی کہ کیا ہو رہا ہے.... کیا زائم میرے پاس

آ رہا تھا.... لیکن میں نے تو اسے سختی سے منع کیا تھا۔

ہو سکتا ہے کہ اس نے سوچا ہو کہ تھوڑی دیر

کے لیے مل آؤں۔

عیشال کو رہ رہ کر یاد آ رہا تھا کہ شاہ صاحب نے منع کیا

تھا کہ زائم تمہارے گھر نہ آئے۔

کہیں ایسا تو نہیں کہ زائم آیا ہو اور کسی مشکل میں

پھنس گیا ہو۔

عیشال کے ذہن میں کئی خیالات آئے۔ خوف سے

بھرپور اندیشوں نے سر اٹھایا۔

صبح اس واقعے سے پہلے زائم کی موجودگی کے ہلکے

سے تاثر کی وجہ سے وہ کتنی خوش ہو گئی تھی لیکن اب

خوف سے بھرے اندیشوں کی وجہ سے اسے سخت

گھبراہٹ ہو رہی تھی۔

گھبراہٹ بڑھی تو اسے سانس لینے میں بھی دشواری

محسوس ہوئی۔ وہ گہرے گہرے سانس لے رہی تھی۔ اسی

وقت اس کے دروازے پر ہلکی سے دستک ہوئی۔ عیشال....
عیشال.... یہ اس کی ماں کی آواز تھی۔

جی ای.... عیشال لرزتے جسم کے ساتھ آگے
بڑھی۔ کپکپاتے ہاتھوں سے دروازہ کھولا۔

عیشال.... میری بیٹی.... تم ٹھیک تو ہونا....
امی.... جی.... وہ امی.... مجھے بہت گھبراہٹ....

ہاں بجلی بہت چمک رہی ہے۔ بادلوں کی گڑگڑاہٹ
بھی بہت زیادہ ہے۔ ایسے میں ڈر تو لگتا ہے۔

نہیں امی.... یہ بات نہیں ہے۔ بادل تو رات سے ہی
گرج رہے ہیں۔

ہاں لیکن ابھی یہ شور کچھ زیادہ ہو گیا ہے۔ تم کمرے
میں اکیلی نہ رہو۔ ہمارے کمرے میں چلو....

جیلہ بیگم عیشال کو دیکھتے ہی سمجھ گئی تھیں کہ وہ بہت
خوف زدہ اور پریشان ہے۔

وہ اپنی بیٹی کو اپنے کندھے سے لگائے اپنے کمرے کی
طرف جا رہی تھیں، اس وقت بھی عیشال کا جسم کپکپا رہا تھا۔ وہ

اپنی بیٹی کے مزاج کو خوب سمجھتی تھیں، عیشال کو لرزتے،
کپکپاتے دیکھ کر انہیں اندازہ ہو گیا تھا کہ اس کے خوف کی وجہ

بادلوں سے اٹھنے والا شور نہیں ہے۔ یہ کچھ اور معاملہ ہے۔
بیٹی کی حالت دیکھ کر سلیم احمد بھی پریشان ہو گئے۔

اپنے کمرے میں لا کر جیلہ بیگم نے عیشال کو پانی
پلایا، پھر اسے بستر پر لٹا کر اس کا سر دبانے لگیں۔

عیشال کے چہرے سے گھبراہٹ ابھی بھی
ظاہر ہو رہی تھی۔

جیلہ بیگم چاہتی تھیں کہ وہ کچھ دیر کے لیے سو جائے
لیکن نیند عیشال کی آنکھوں سے جیسے کوسوں

دور تھی۔ عیشال کو تو بس ایک ہی فکر تھی.... زائم خیریت
سے تو ہے....؟

شاہ صاحب سے آج ہی ملنا بہت ضروری ہے۔ سلیم

احمد نے اپنی بیگم سے کہا۔

جی.... لیکن آج عیشال کی طبیعت....
جیسے بھی ہو ہمیں عیشال کے ساتھ جا کر شاور

سے ملنا چاہیے۔



صبح ہوئی تو سلیم احمد کے سنے گھر یلو ملازم نے
چھوٹا شانگ بیگ اندرونی فرش پر پڑا ہوا دیکھا۔

کہ گھر کے کسی فرد نے کچرا سمیٹ کر اس بیگ میں
ہو گا۔ ڈسٹ بن میں جانے کے بجائے غلطی سے

گر گیا ہے۔ اس نے وہ بیگ اٹھایا اور گھر کے باہر رکنے
ڈسٹ بن میں ڈال دیا۔

گیٹ سے باہر سر مئی فرش چاند میاں کی پھیلائی
کسی چیز کی وجہ سے کچھ شیاں سا ہو گیا تھا۔ اس پر اس

کوئی خاص توجہ نہ دی۔
دن نکل آیا تو سلیم احمد مختلف کاموں سے دوبار

گھر سے باہر گئے اور واپس آئے۔ اس دوران گیٹ
سامنے فرش پر کئی باران کے قدم پڑے۔

دوپہر کے وقت سلیم احمد اپنی بیگم جیلہ اور
عیشال کے ساتھ شاہ صاحب کی خدمت میں

ہو گئے۔ سلیم احمد نے انہیں بتایا کہ عیشال آج صبح
خوف زدہ تھی۔ یہ اس وقت بھی بہت پریشان ہے۔

سلیم بھائی....! ہماری دعا ہے کہ آپ اور آپ
اہل خانہ برے لوگوں کے شر سے اور ہر قسم کے مصائب

سے محفوظ رہیں۔
آمین.... سب نے ایک آواز ہو کر کہا۔

سلیم احمد اس سے پہلے کئی مرتبہ شاہ صاحب سے
چکے تھے۔ وہ کسی حد تک شاہ صاحب کی باتوں کو سمجھنے

تھے۔ اس وقت بھی شاہ صاحب نے دعا میں جو الفاظ
کے انہیں سن کر سلیم احمد کو اندازہ ہو گیا کہ پیچھے کوئی

بات ضرور ہے۔

شاہ صاحب نے عیشال کے سر پر ہاتھ رکھا اور
اس دعا میں دیں۔

سلیم بھائی! ہمیں آپ سے کچھ بات کرنی ہے....
جی بہت بہتر....!

شاہ صاحب کی یہ بات سن کر جیلہ بیگم اور عیشال
کمرے سے باہر چلی گئیں۔

سلیم بھائی.... ہمیں پورا یقین ہے کہ آپ حفاظت
سے رہیں گے.... لیکن بعض اوقات انسان کو محسوس

ہوتا ہے کہ وہ بے بس ہے۔ آج بھی ایسا ہی ہوا.... آج
علی الصبح مراقبہ کے دوران ہمیں محسوس ہوا کہ آپ کے

گرد و بار کی عملیات میں شدت آرہی ہے۔ ہم نے اسی
وقت اللہ تعالیٰ سے دعا کی اور آپ پر اور آپ کے اہل خانہ

پر دم کر دیا۔
آپ کی دعائیں ہمارے لیے بہت بڑا سہارا ہیں۔ آپ

اللہ کے ولی ہیں، آپ لاکھوں لوگوں کے مسیحا ہیں۔
ہمیں محسوس ہو رہا ہے کہ آپ کے مکان کے

ارہ گرد و بارانی سرگرمیاں کچھ زیادہ ہو گئی ہیں۔ یہ کچھ
آؤمیوں اور جنات کے درمیان کوئی محاذ آرائی معلوم ہوتی

ہے۔ اس محاذ آرائی کا ذکر ہم پہلے بھی آپ سے
کر چکے ہیں۔

جی حضرت.... آپ نے نشاندہی فرمائی تھی....
اب جہاں تک کسی انسان کی جانب سے آپ کے

عقاب کسی مغفل عمل کی بات ہے تو ہمیں یقین ہے کہ اس
سے آپ کو کچھ زیادہ نقصان نہیں ہو گا لیکن اگر انسان

اور جنات کے درمیان کسی لڑائی کا معاملہ ہے تو ہم اس میں
داخل نہیں دینا چاہیں گے۔

شاہ صاحب.... ان معاملات کو آپ بہتر سمجھتے

ہیں۔ سلیم احمد نے بہت ادب سے کہا

ہمارا خیال ہے کہ آپ کو یہ مکان چھوڑ کر کہیں
اور رہائش اختیار کر لینی چاہیے....

اس مکان میں رہنے میں خطرات ہیں....؟
پہلے تو ہمارا خیال تھا کہ انسان اور جنات میں اگر کوئی

لڑائی ہے تو اس سے آپ لوگ متاثر نہیں ہوں گے لیکن
آج صبح میں نے مراقبہ میں جو محسوس کیا اور پھر آپ کے

مکان کے گرد آج صبح ہونے والے واقعات نے میری
تشویش میں اضافہ کر دیا ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ مزید

احتیاط کی ضرورت ہے۔
جی بہت بہتر.... میں آج ہی سے رہائش کے لیے نئی

جگہ ڈھونڈنے کی کوشش کرتا ہوں لیکن میں کہہ نہیں
سکتا کہ اس میں کتنا وقت لگ جائے۔

ہاں... یہ بات تو ٹھیک ہے۔ بہر حال آپ کوشش
شروع کر دیں۔

شاہ صاحب... اگر آپ اجازت دیں تو چند روز کے
لیے ہم سب گھر والے ہر روز شام کو آپ کے پاس

آجایا کریں۔ آپ کی خدمت میں رہ کر بہت سکون
اور تحفظ کا احساس ہوتا ہے۔

یہ تو ایک فقیر کا آستانہ ہے۔ یہاں آنے کے لیے
اجازت کی ضرورت نہیں۔ آپ جب چاہیں آئیں۔



فرزان کے جنات کی ٹیم نے کراچی میں کئی مقامات
پر جا کر زائم کو تلاش کرنے کی کوشش کی۔

زائم کی کھوج میں جنات کے ساتھ ساتھ کئی جگہوں پر
انسانوں سے بھی بات کی لیکن کہیں سے بھی کوئی سراغ نہ ملا۔

غیماش کے کچھ ساتھیوں کا خیال تھا کہ زائم کراچی
کی انسانی بستیوں میں نہیں ہے۔ اسے جنات کی بستیوں میں

ہی تلاش کرنا چاہیے۔ جیسا کہ وہ پہلے ہی منوڑہ کی قریب جنت کے ساتھ رہ رہا تھا۔ کچھ جنت کا خیال تھا کہ زائم کی تلاش میں انسانی بستیوں پر زیادہ توجہ دینی چاہیے، اگر زائم اپنی مرضی سے کسی جگہ رہ رہا ہے تو الگ بات ہے لیکن اگر زائم کو کسی نے قید کر لیا ہے تو ایسا کرنے والا کوئی جن نہیں بلکہ کوئی انسان ہی ہو سکتا ہے۔

بالکل ٹھیک، زائم کو تلاش کرنے کے لیے انسانی بستیوں میں رہنے والے جادوگروں کی مکمل چھان بین بہت ضروری ہے۔ ابھی ہم کئی جادوگروں کے ٹھکانوں تک نہیں پہنچ پائے ہیں۔

ہاں یہ بات صحیح ہے۔ ہمیں یہ کام پوری توجہ سے کرنا چاہیے۔



شام کے وقت زائم کو ساتھ لے کر اپنے ٹھکانے پر پہنچ کر سامری اور چاند میاں نے پہلے تو شراب پی پھر آگ جلا کر اس کے سامنے بیٹھ کر اول قول الفاظ بکتے ہوئے شیطان کی بوچھاڑ کرنے لگے۔

زائم اب سامری کا قیدی تھا۔ وہ آگ کے حصار میں بری طرح پھنسا ہوا تھا۔

اگلے دن سامری نے چاند میاں سے کہا کہ زائم کو تابع دار بنانے کے لیے سختی اور تشدد نہیں بلکہ پہلے رغبت اور لالچ سے کام لوں گا۔

ٹھیک ہے گرو۔۔۔ میرے لیے کیا حکم ہے۔ اگر ضرورت پڑی تو میں تجھے سلیم احمد کے گھر کی طرف بھیجوں گا۔

حاضر۔۔۔ گرو۔۔۔

پہلے سامری نے زائم کے علاج کی کچھ تدبیریں کیں۔ کھانے کے لیے جنت کی مکمل پسندیدہ غذائیں اسے

دیں۔ تھوڑی دیر بعد سامری زائم کے سامنے آکر ہاتھ اور بہت پیار سے اس سے بات کی۔

دیکھ بیٹا۔۔۔ میں سامری ہوں۔ میں ایک آدمی ہوں تو ایک جن زادہ ہے۔ تو اس وقت آگ کی زنجیر میں جکڑا ہوا ہے مگر یقین رکھ، میں تجھ پر کوئی زبردستی نہیں چاہتا۔ میں چاہتا ہوں کہ تو میرا دوست بن جاؤ۔ تو میرا دوست بنے گا۔۔۔؟

سامری کی یہ بات سن کر زائم خاموش رہا۔ او جن زادے تیرا نام کیا ہے۔۔۔؟

میرا نام کچھ بھی ہو مگر تم نے مجھے قید کر کے نہیں کیا۔ اگر میرے قبیلے کے جنت کو معلوم ہو گیا کہ یہاں قید ہوں تو وہ مجھے چھڑانے ضرور آئیں گے اور یہ صورت میں انسانوں اور جنت کے درمیان لڑائی ہو سکتی ہے۔

اے سامری انسانوں اور جنت میں لڑائی نہ کرو۔ بیٹا۔۔۔! تو ابھی بچہ ہے۔ تو سامری کو نہیں جانتا کہ بات تو یہ کہ جنت کے کسی قبیلے میں اتنا دم نہیں کہ سامری سے لڑ سکے۔ دوسری بات یہ کہ سامری کے ان ڈیرے تک جنت کی رسائی ممکن نہیں ہے۔

اور ہاں یہ تو شاید تجھے معلوم نہیں ہے کہ یہاں ایک سے بڑھ کر ایک خونخوار اور وحشی صفت جادوگر موجود ہے اگر جنت نے مجھ پر حملہ کیا تو جادوگروں کی پوری فوج میرے ساتھ ہوگی اور اس جنگ میں جادوگر ہی جیتیں گے۔ اگر ایسی کوئی جنگ ہوئی تو تیرے جیسے کئی اور جنت میرے قیدی بن جائیں گے۔

ہا۔۔۔۔۔

دیکھ سامری جادوگر۔۔۔! خون خرابے میں کسی فائدہ نہیں۔۔۔ بہتر ہو گا کہ تو مجھے آزاد کر دے اور مجھے

میرے قبیلے میں جانے دے۔ میرے پاس رہ کر تو خود کو آزاد ہی سمجھ بیٹا۔ اور ہاں تو اپنے قبیلے میں جا کر کیا کرے گا۔۔۔؟ میرے پاس رہ کر تجھے بہت فائدے ہوں گے۔ میں تجھے بہت سارے کام سکھاؤں گا۔ ایسے کام جو جنت میں سے کسی کو بھی نہ آتے ہوں۔

مجھے کوئی کام نہیں سیکھنا۔ بس مجھے جانے دے۔ اچھا جن بیٹا۔ ایک بات بتا۔۔۔

زائم کو اپنی باتوں پر آمادہ نہ پا کر عیار سامری نے ایک نیا دوا لگا دیا۔

تو انسانوں کی بستیوں میں ایک خاص گھر میں کیوں آ جا جاتا ہے۔ کل بھی تو وہاں گیا تھا۔۔۔ آخر کیوں۔۔۔؟ زائم خاموش رہا۔

ہوں۔۔۔ ہی ہی ہی۔ کہیں کوئی چکر تو نہیں ہے۔۔۔ تجھے انسانوں کی کسی لڑکی سے پیار تو نہیں ہو گیا۔۔۔؟

سامری کے منہ سے یہ جملے سن کر زائم کو شدید غصہ آیا لیکن وہ بے بس تھا کچھ کر نہیں سکتا تھا۔ سامری نے ان کی کیفیت بھانپ لی اور بولا

کیجئے بچہ۔۔۔! غصہ نہ کر۔ سچ و تاب نہ کھا۔۔۔ اگر تو پسے گا تو ہم اس لڑکی سے تجھے ملوادیں گے۔۔۔ بتا۔۔۔ کیا تو اس سے ملنا چاہتا ہے۔

زائم اب بھی خاموش رہا۔ دیکھ اگر تو چاہے تو ہم تجھے اس کے گھر لے چلتے ہیں اور اگر تو چاہے تو اس لڑکی کو یہاں تیرے پاس لائیں گے۔

سامری کی یہ باتیں سن کر زائم کی پریشانی بڑھنے لگی۔ عیشال سے ملنے کے لیے سامری کی کوئی مدد حاصل کرنا تو دور کی بات، زائم تو اس گندے آدمی کے منہ سے

معصوم عیشال کا نام تک نہیں سنا چاہتا تھا۔ نہیں۔۔۔ مجھے کسی سے نہیں ملنا۔۔۔

سوچ لے۔۔۔ اس لڑکی کی خاطر تو نے اپنی زندگی داؤ پر لگا دی۔ کیسی کیسی مشکلیں اٹھائیں۔۔۔ سامری کی مدد سے تو بہت آسانی کے ساتھ اس سے مل سکتا ہے۔ کوئی خطرہ بھی نہیں ہو گا۔

نہیں۔۔۔ مجھے نہیں ملنا۔ سوچ لے۔۔۔ سوچ لے۔۔۔

اچھا چل کوئی بات نہیں۔۔۔ چاند میاں۔۔۔! ادھر آ۔۔۔

جی گرو۔۔۔ میں نے تجھے کہا تھا کہ میں تجھے سلیم احمد کے گھر کی طرف بھیجوں گا۔

ہاں۔۔۔ کب جاتا ہے۔ آج رات۔۔۔ تجھے اس کے گھر جانا ہے۔ لیکن وہ لوگ تو مجھے نوکری سے نکال چکے ہیں۔ میں ان لوگوں کے گھر کے اندر کس طرح جا پاؤں گا۔۔۔؟

تو سلیم احمد کے پاس نہیں۔۔۔ بلکہ اس لڑکی کے پاس جائے گا اور چاند میاں بن کر نہیں بلکہ اس لڑکی کے پاس تو زائم کی شکل میں جائے گا۔

زائم کے انکار پر سامری شدید طیش میں آ گیا تھا اور یہ بات کرتے ہوئے اس کی آنکھیں انکارہ ہو رہی تھیں اور اس کا لہجہ بھی آگ برسا رہا تھا۔

اس کام کے میں تجھے آج رات تیار کروں گا۔۔۔ تجھے میں اس طرح زائم کا روپ دوں گا کہ زائم کی محبوبہ تو کیا زائم کے گھر والے بھی اسے نہ پہچان سکیں گے۔

(حباری ہے۔۔۔)





رشتے نام

جوں جوں معنی اور آن جوان ہوتی جا رہی تھیں، تو ان کی والدہ صدیقہ بیگم کا دل فکر میں ڈوبا جا رہا تھا۔ جوں جوں صدیقہ بیگم کا دل فکر میں ڈوبا جا رہا تھا۔ تو ان کو اپنے میاں منور علی سے شکایت بڑھتی جا رہی تھی کہ انہیں احساس ہی نہ تھا کہ لڑکیاں جو ان ہو گئی ہیں اور وہ بیٹیوں کے رشتے کے لیے کچھ نہیں کر رہے تھے۔ جوں جوں صدیقہ بیگم کا غم و غصہ بڑھتا جا رہا تھا تو ان گھر کی فضا مکدر ہوتی جا رہی تھی۔ انہیں احساس ہوتا بھی تو بات سمجھ میں نہ آتی۔ کیسے سمجھ میں آتی بھلا جوانی کو فکر و اندیشے یا غم و غصے سے کیا تعلق۔ الٹا جوانی تو بے فکری کا عالم ہوتی ہے۔ سچ پوچھو تو انہیں پتا ہی نہ تھا کہ وہ جوان ہو گئی ہیں۔ کیسے پتا ہوتا۔ ان کی جوانی ماڈرن جوانی تو تھی نہیں جو انسٹنٹ ہوتی ہے، منہ زور ہوتی ہے۔ ایک دم آ جاتی ہے۔ چھا جاتی ہے۔ ان کی جوانی تو اولڈ فیشن جوانی تھی، جو سچ کچ پکتی ہے۔ سیانے کہا کرتے تھے سچ کے سو میٹھا ہو۔ سچ کہتے تھے لیکن سیانوں کو پتا نہیں تھا کہ ایک ایسا دور آنے

والا ہے، جب مٹھاس قبول ہو جائے گی، لوگ آرزو کریں گے۔ کھانوں میں تلی، مشروبات میں مزاجوں میں تلی، مٹی میں تلی۔ مٹی اور آن دور ہی مٹھاس سے بھری تھی خدو خال میں مٹھاس، نگاہوں میں مٹھاس، دونوں شخصیتوں سے مٹھاس کے چھینٹے اڑتے تھے۔ انداز میں خالی مٹھاس ہوتی، تو بھی گزارہ ہو جاتا، لیکن میں حیا دامن گیر تھی۔ کسی کی بے تکلف نگاہ پڑ جاتی چھوٹی موٹی سمٹ جاتی، نگاہیں جھک جاتی۔ گالوں سرخی کی لہر دوڑ جاتی۔ انہیں پتا نہیں تھا کہ جتنی آنکھوں کا دور گزر چکا ہے۔ اب تو آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر بات کرنی پڑتی ہے۔ پرانے زمانے میں دوسرے کو ملغوب کرنے کے لیے حیا بہت بڑا نسوانی ہتھیار تھی۔ سیل کہا کرتے تھے کہ بے حیائی کی نسبت حیا زیادہ مہلک ہتھیار ہے۔ حملہ آور کو روکنے کے بجائے اسے دعوت دیتا ہے۔ لیکن یہ تو پرانی بات تھی۔ اب تو کو جھینپ کہتے تھے، اور جو جھینپ جاتی تھی اسے گنوار جاتا تھا۔ اب تو حالات بالکل الٹ چکے تھے۔ مٹھاس جگہ اسی مولیٹ کرنے والی تلی آگنی تھی اور حیا کی نمائش۔ اسی وجہ سے مٹی اور آن کی شخصیتوں میں توہم طلبی کا عنصر پیدا نہیں ہوا تھا۔ ایک بد قسمتی یہ بھی تھی کہ وہ ایک بہت بڑی نعمت

سے محروم تھیں جسے ”کزن“ کہتے ہیں۔ ان کا کوئی رشتہ دار نہ تھا۔ تقسیم کے وقت ان کے دادا بڑی مشکل سے اپنی بیوی اور بچے کی جائیں بچا کر پاکستان پہنچے تھے، جو بچے تھے وہ بکھر گئے تھے۔ کسی کو دوسرے کے پتے کا علم نہ رہا تھا۔ پرانے زمانے میں رشتوں کی آسانیاں کزن کے رحم و کرم سے ہوتی تھیں۔ کزن، بیٹیوں کی ماؤں کے لیے نعمت غیر مترقبہ تھے۔ لیکن کزن تو جائنٹ فیملی کی پیداوار ہوتے ہیں۔ جائنٹ کی بات چھوڑیے دور حاضر میں تو فیملی ہی ٹوٹ رہی ہے۔ پرانے لوگ کتنے سیانے تھے، انہوں نے یہ بید پالیا تھا کہ اگر جائنٹ نہ ہوئی، تو فیملی ہی نہیں ہوگی۔ اس کا وجود خطرے میں پڑ جائے گا اور ”کسے رہا کسے کارے نہ باشد“ کا دور آ جائے گا۔

لیکن ایک غیر متوقع واقعہ عمل میں آیا۔۔۔! دس سال کے لیے منور علی کی ڈیوٹی اسلام آباد میں لگ گئی۔



ممتاز مفتی کا اصل نام مفتی ممتاز حسین تھا۔ ممتاز مفتی 11 ستمبر 1905ء بمقام بنالہ (ضلع گورداسپور) بھارتی پنجاب میں مفتی محمد حسین کے ہاں پیدا ہوئے۔ ابتدائی تعلیم امرتسر، میانوالی، ملتان اور ڈیرہ غازی خان میں حاصل کی اور اسلامیہ کالج لاہور سے بی اے کیا۔ ان کا پہلا افسانہ جھکی جھکی آنکھیں ادبی دنیا لاہور میں شائع ہوا اور اس طرح وہ مفتی ممتاز حسین سے ممتاز مفتی بن گئے۔ ان کے کئی افسانوی مجموعے شائع ہوئے جن میں ان کی، ”کھانا گنی، چپ، روغنی پتکے، اور سے کا بندھن شامل ہیں۔ علی پور کا ایلی اور الکھ گمر کی سوانحی ناول میں شمار ہوتے ہیں۔ جبکہ ہندیاترا، لہیک جیسے سفر نامے بھی تحریر کیے اور خاکہ نگاری میں اوکھے لوگ، پیاز کے چھلکے اور تلاش جیسی کتابوں کے خالق ہیں۔ گو کہ ان کی شخصیت پر قدرت اللہ شہاب کی عادات، اطوار اور نظریات کے نہایت گہرے اثرات مرتب ہوئے لیکن پھر بھی وہ بحیثیت ادیب اپنی رنگت اور اچھوتے پن کو برقرار رکھنے میں کامیاب رہے۔

اس پر گھر والے ہکا بکارہ گئے۔ یہ خبر حیران کن تھی مگر ساتھ ہی خوشگوار بھی۔ اسلام آباد کو دیکھ کر ان کی آنکھیں کھلی کی کھلی رہ گئیں۔ باجھیں کھل گئیں۔ اتنا خوبصورت شہر، روشنیوں کا شہر، پھولوں کا شہر، بنگلوں کا شہر۔ اسلام آباد آنے پر کبھی خوش تھے۔ منور علی اس لیے خوش تھے کہ ان کی ترقی کے امکانات بڑھ گئے تھے۔ لڑکیاں اس لیے خوش تھیں کہ وہ نئے شہر میں آئی تھیں۔ صدیقہ سمجھتی تھیں کہ اسلام آباد میں لڑکیوں کے رشتے ملنے کے امکانات بڑھ جائیں گے۔ پہلے چند روز تو خوشی کے عالم میں گزر گئے، پھر آہستہ آہستہ ان پر منکشف ہوا کہ اسلام آباد میں نہ تو اسلام کا رنگ ہے نہ پاکستان کا۔ سارے شہر میں ایک بھی پاکستانی گھر نہیں تھا۔

پاکستانی گھر کی سب سے بڑی خصوصیت یہ ہوتی ہے کہ فطرت گھر کے اندر آتی ہے۔ آسمان نظر آئے تو ایسا لگتا ہے کہ آسمان والا دیکھ رہا ہے، سن رہا ہے۔ قریب ہی ہے دور نہیں۔ حوصلہ سا ہو جاتا ہے۔ گھر میں بیٹھے بیٹھے ادا لتے بدلتے موسم نظر آتے ہیں۔ اگرچہ دیہات کی طرح سامنے کھیت نہیں ہوتے، پھر بھی محسوس ہوتا ہے کہ موسم ادا لنے بدلنے والا کوئی ہے۔ پاکستانی گھر میں اللہ بہت قریب آ جاتا ہے، اسلام آباد کے بند، روغنی بنگلوں میں لوگ اللہ سے بہت دور ہو جاتے ہیں۔ وہ ایسا موسم خود بناتے ہیں۔ ایک ٹن دباتے ہیں، تو ٹھنڈی ہوا چلنے لگتی ہے دوسرا دباتے ہیں، تو ہوا گرم ہو جاتی ہے۔

اسلام آباد میں سب ہی کچھ تھا، چاروں طرف تخلیق
 ہی تخلیق پھیلی ہوئی تھی۔ تخلیق کار تو تھا مگر اس کی
 موجودگی کا احساس نہ تھا۔ جہاں یہ احساس نہ ہو، وہاں
 انسان، خدا بن کر بیٹھ جاتا ہے۔ وہاں میں، میں، میں، کا
 جنگل پھیل جاتا ہے۔ کچھ دنوں کے بعد انہوں نے محسوس
 کیا کہ اسلام آباد میں آکر بڑے افسر بننے کے بجائے وہ
 بالکل ہی چھوٹے بن کر رہ گئے ہیں، اتنے چھوٹے کہ کوئی
 انہیں قابل التفات نہیں سمجھتا۔

انہیں دنوں ساتھ والے جنگلے کی میڈز بیدہ کی صدیقہ سے ملاقات ہو گئی۔ صدیقہ نے برسمیل تذکرہ رشتوں کی بات چھیڑ دی۔ زبیدہ نے ہونٹوں پر ہاتھ رکھ کر کہا ”بیگم آپ کس خیال میں بیٹھی ہیں۔ نہ بی بی! یہاں گریڈ پوچھتے ہیں۔ تنخواہ نہیں۔ اوپر کی آمدنی گنتے ہیں۔ پلاٹ دیکھتے ہیں، گاڑیاں گنتے ہیں۔ میل کرانے والی ایک ہے تو سہی سے میڈم کہتے ہیں، لیکن وہ بیس سے کم گریڈ والے کا بس نہیں لیتی۔“

اوپنی آواز میں، اس نے بھی نہ سوچا تھا کہ لڑکیاں
نہی ہیں، اس لیے سرگوشی میں بات کرے، الٹا وہ تو
جتنی تھی کہ لڑکیاں سنیں۔

زبیدہ قہقہہ لگا کر جواب دیتی ”بی بی اب لا حول چھوڑ
لا حول چھوڑے بغیر یہ کام راس نہ آئے گا۔ اللہ رکے
خیری بیٹیاں خوش شکل ہیں۔ منہ چت لگتی ہیں۔ بس یہی
ہے ناکہ انگلش میڈیم نہیں ہیں۔ نہیں ہیں تو پھر کیا
وا....؟ بی بی تو انہیں پھول پتیاں لگا، بال کٹوا، چین پہننی
کھاج، بھجنوں کی کمان ہو، آنکھوں میں سرے کی دھار
ہیلو ہائی ہیلو ہائی کرتی پھریں، تو چار دن میں بوائے فریڈ
چھپے لگا ہو گا۔ آزمادیکھو بی بی....!“

ایک روز جب وہ کالج کے باہر کالج بس کا انتظار کر رہی تھیں، تو ایک اتنی لمبی کالی کار آن کے قریب سے گزرتی تھی۔ ابھی وہ دونوں سنبھلنے نہ پائیں تھیں کہ وہی کار زوں کے بیک مار رہی تھی۔ ان کے قریب سے وہ رک گئی، ایک البیلا نوجوان باہر نکلا، آن کے روبرو رہا اور بولا ”کم پیو اے لفت“ آن نے منہ موڑ لیا۔

آن، مئی سے دو سال بڑی تھی لیکن دونوں بہنیں
 دو سرے پر جان چھڑکتی تھیں۔ وہ آپس میں اس قدر

”کیا حرج ہے باجی“ مٹنی بولی ”ہو جائے اس سے کیا ہوتا ہے۔“ مٹنی، زبیدہ کی باتیں سن سن کر سیانی ہو گئی تھی۔ پھر ایک روز تو اس لڑکے نے حدود توڑ دی۔ جب ان بس میں بیٹھنے لگی تو اپنی گاڑی لاک کر کے وہ بھی اس کے پیچھے پیچھے بس میں سوار ہو گیا اور ان کے ساتھ بیٹھ گیا، کہنے لگا ”آن تو کیا چیز ہے، تو بولتی کیوں نہیں۔ کیا ٹاف ڈمپ ہے....؟“ وہ بولے جارہا تھا۔

لوگوں کی قریرہی باتیں سن کر آن کی ہوا بیاں اڑی ہوئی تھیں۔ مٹنی اسے سمجھا رہی تھی ”باجی آپ گھبرا کی ہوئی کیوں ہیں کیا ہوا، اگر وہ بس میں آپ کے پاس بیٹھ گیا تو کیا ہوا، اگر اس نے آپ سے دو باتیں کر لیں تو۔“

یعنی بولی "یاجی آپ کھڑکی میں نہ بیٹھیں اپنی میز کسی

جہاں گھر اکثر سامنے بچکے کے بیک یارڈ میں آبیٹھتا۔
بلکہ کبھی کبھی اس کی کھڑکی کی پرانگلی سے ٹک ٹک شیشہ
بجاتا، اس پر وہ گھبرا جاتی۔ عام طور سے تو ان ہاتھوں پر
اے خوشی محسوس کرنی چاہیے تھی۔ لیکن اس نے سن
رکھا تھا کہ اسلام آباد میں محبوبائیں نہیں ہوتیں، گرل
فرینڈز ہوتی ہیں، محبتیں نہیں ہوتی ”افیرز“ ہوتے ہیں
اور ”افیرز“ کے خیال ہی پر اس کا دل بیٹھ جاتا تھا۔

اس رات دونوں بہنوں نے بڑے اہتمام سے وہ دن
وے شیٹ کھڑکی کے شیشے پر لگایا۔ پھر آن یوں مطمئن
ہو گئی، جیسے اس نے خود کو افسر سے محفوظ کر لیا ہو۔

”کون آرہے ہیں...؟“ صدیقہ نے
حیرت زدہ ہو کر پوچھا۔

”لڑکے کی ماں اور باپ، لڑکا سعودی عرب میں ڈاکٹر

کیفیات مراقبہ

ان صفات پر ہم مراقبہ کے ذریعے حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجئے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

تلاوت کے دوران آیات بھول جاتا۔

لوگوں سے ہاتھ ملاتے ہوئے وہم رہتا کہ جراثیم

ہاتھوں کو لگ گئے ہیں اور پھر کافی دیر تک صابن سے دھوتا

رہتا، مختصر یہ کہ ہر کام میں بہت وہم کرتا تھا۔

ایک مسئلہ یہ درپیش تھا کہ میں رات کو سوتے میں

اکثر ڈر جاتا تھا۔ نیند کی حالت میں میرے منہ سے زور دار

چچ بلند ہوتی جسے گھر والے سن کر مجھے جگا دیتے اور پھر

پوری رات ڈر جانے کے خوف سے سو نہیں پاتا تھا۔

اس کے علاوہ مجھے ذرا ذرا سی بات پر غصہ بھی آ جاتا

تھا۔ غصے کی وجہ سے کھانا پینا چھوڑ دیتا تھا۔ اسی سمجھاتیں اور

بڑی مشکل سے کھانا کھانے پر رضامند کرتیں۔ میری اس

حالت کی وجہ سے امی، ابو اور بھائی بہن پریشان رہتے۔

میری صحت بری طرح متاثر ہو رہی تھی۔

والد صاحب مجھے کئی ڈاکٹروں اور حکیموں کے پاس

میری عمر چوبیس سال ہے۔ میں کئی ایسے مسائل دو

چار ماہوں جو ظاہر معمولی دکھائی دیتے ہیں مگر ان کی وجہ

سے میری زندگی عذاب بن چکی تھی۔

میرا پہلا مسئلہ تو یہ تھا کہ میں بہت زیادہ وہم کرتا تھا۔

خاص طور پر وضو کرتے ہوئے اور غسل میں تو بہت ہی

وہم کرتا تھا۔ ایک مرتبہ وضو کرتا تو یقین نہیں ہوتا کہ

وضو درست ہوا ہے لہذا دوبارہ وضو شروع کر دیتا۔ کئی

مرتبہ وضو کرنے کے باوجود دل کو تسلی نہیں ہوتی تھی۔

غسل میں بھی تقریباً ایک ڈیڑھ گھنٹہ صرف ہو جاتا۔

یہاں سوچ کر بار بار نہاتا کہ ابھی کوئی جسم کا حصہ خشک رہ گیا

ہے۔ جب تک اہل خانہ ہاتھ روم کا دروازہ زور زور سے پینا

شراب نہ کر دیں اس وقت تک ہاتھ روم میں نہاتا رہتا۔

نماز پڑھتے وقت، قرآن کی تلاوت کے دوران بھی

وہم میں مبتلا رہتا کہ چار رکعت نماز ادا کی ہے یا تین۔

آن کے پاؤں تلے سے زمین نکل گئی۔ وہ گرس

جاری تھی۔ گرسے جاری تھی۔ اتھاہ گہرائیوں میں

گرسے جاری تھی۔ ایک گہرے سیاہ کالے اندھیرے نے

اسے چاروں طرف سے گھیر لیا تھا۔

پھر جو اسے ہوش آیا تو دیکھا کہ وہ اپنے بستر پر

اوندھے منہ پڑی تھی۔

اس نے محسوس کیا جیسے گہروالوں نے اس کی تڑپ

کر کے، کھڑے اتار کر اسے گھر سے باہر نکال دیا ہو۔

پھر اسے ہوش آیا، تو امی ابا آپس میں کھسر پھر

کر رہے تھے لیکن ان کی مدھم آوازیں صاف سنائی دے

رہی تھیں۔ ابا کہہ رہے تھے ”صدیقہ میں کہتا ہوں رشتہ

منظور کر لے کم از کم ایک بوجھ تو اتر جائے گا۔“

یہ سن کر آن پر ایک وحشت سوا ہو گئی۔ دیوانہ وار

انٹھی۔ اپنی اسٹڈی ٹیبل کے پاس آکر کھڑی ہو گئی۔ اس

نے ایک نظر اس نیلے دن دے کاغذ کو دیکھا، جو کھڑکی پر

لگا رکھا تھا اور ایک جھٹکے سے اسے اکھاڑ کر نیچے پھینک دیا۔

پھر وہ شیلف کی طرف گئی۔ سامنے نیند کی گولیوں کی

بوٹل پڑی تھی۔ بوٹل میں صرف دو گولیاں باقی تھیں۔

اس نے حسرت سے ان دو گولیوں کو دیکھا اور پھر انہیں کھا کر

لیٹ گئی۔ جب وہ جاگی تو کمرے میں دھوپ آپٹکی تھی۔ دفعتاً

اسے گل کی باتیں یاد آ گئیں، غصے کی ایک رواں کے جسم میں

یوں لہرا گئی، جیسے ایک کوڑا چل گیا ہو۔ پھر اس کی نگاہ کھڑکی پر

جا پڑی۔ نیلا کاغذ کھڑکی پر جوں کا توں لگا ہوا تھا۔ وہ حیرت

بھرے غصے سے چلائی ”یہ کس نے لگایا ہے....؟“

”میں نے لگایا ہے باجی!“ عینی نے کہا۔ عینی اس کے بند

کے پاس کرسی پر بیٹھی تھی۔ ”کیوں....؟“ وہ غصے میں چلائی۔

”باجی میں نے ابو سے کہہ دیا ہے کہ یہ رشتہ مجھے

منظور نہیں!“

ہے، اس کے رشتے کے لیے لڑکی کو دیکھنے کے لیے آغا

صاحب اور ان کی بیگم پنڈی سے آرہے ہیں۔ میں نے

انہیں آپ کا پتا دیا تھا۔“

اس خبر نے گھر میں ہلچل مچا دی۔

کارپٹوں پر گرد جھاڑنے کی مشین چلنے لگی۔ بانس پر

بندھے کپڑے سے دیواریں صاف ہونے لگیں۔

کھڑکیوں کے شیشوں پر چاک کے کوٹ ہونے لگے۔ پکن

کے تینوں چولہے آن ہو گئے۔ ایک پر پکوڑے تلے جانے

لگے، دوسرے پر گاجر کا حلوہ اور تیسرے پر کباب۔

ماں نے دونوں لڑکیوں کو بریف کرنا شروع کر دیا،

یوں میک اپ کرنا، یوں مسکرانا!

سب کی توجہ آن پر مبذول تھی۔ ماں بار بار عینی کو

سمجھاتی ”آن کو بنانے سنوارنے کی تمام ترفند داری تجھ پر

ہے سمجھی....؟“ عینی خود باجی پر پٹھا اور ہوئی جاری تھی۔

”باجی اگر وہ کہیں بیٹھ جاو تو شرمناہ جانا، یوں بیٹھ جانا

جیسے کوئی بات ہی نہ ہو۔ اگر وہ کچھ پوچھیں تو سر لٹکا کر

خاموش نہ ہو جانا۔ گھبرا نہ جانا۔“

جب تک مہمان بیٹھے رہے، صدیقہ کے شانوں پر

منوں بوجھ پڑا رہا۔ مہمان چلے گئے تو جان میں جان آئی

لیکن دل میں کھتر پھتر رہی۔ امتحان تو ہو چکا تھا لیکن ابھی

نتیجہ باقی تھا۔ اگلے روز شام کو زبیدہ آئی، تو آن اچھل کر

کھڑی ہو گئی، وہ دروازے سے لگ کر کھڑی ہو گئی۔ ضرور

زبیدہ پیغام لائی ہوگی۔ وہ دروازے سے کان لگا کر سننے لگی۔

”بیگم مبارک ہو۔“ زبیدہ بولی ”آغا اور ان کی بیگم کو

آپ لوگ بہت پسند آئے ہیں۔ سارے گھر کی تعریفیں

کرتے تھے لیکن بیگم....“ زبیدہ نے مدھم آواز میں کہا

”انہوں نے چھوٹی پسند کی ہے۔ کہتے ہیں کہ اگر آپ کو

منظور ہو تو اگلے مہینے ملگنی اور تیسرے مہینے شادی۔“

”چھوٹی کو پسند کیا ہے....؟“

لے گئے لیکن اتفاق کہیں سے نہ ہوا۔ ایک روز والد صاحب ایک ماہر نفسیات کے پاس لے گئے۔ ماہر نفسیات نے میرے حالات تفصیل سے سنے، کچھ دیر خاموشی سے سوچتے رہے۔ پھر کہنے لگے

”جینا آپ کے مسائل کا حل تو خود آپ کے پاس ہے۔ اس کے لیے آپ کو ذہنی سکون کی اشد ضرورت ہے۔ انہوں نے میرے لیے چند دوائیں بھی تجویز کیں۔ ڈاکٹر صاحب کی ہدایات کے مطابق میں نے دوائیں لینی شروع کر دیں۔ ان دواؤں کے اثر سے مجھے نیند بہت آنے لگی۔ شاید گہری نیند کی وجہ سے رات میں ڈر خوف کا مسئلہ بھی نہ ہوا لیکن باقی مسائل ابھی جوں کے توں تھے۔

چند روز بعد والد صاحب کے ایک دوست ہمارے گھر آئے، باتوں باتوں میں والد صاحب نے ان سے میری حالت کا ذکر بھی کیا۔ انکل نے مجھے بلوایا اور خود میری زبانی میری حالت جانتا چاہی۔ میں انہیں اپنی کچھ باتیں بتا سکا کچھ نہ بتایا۔ مجھ سے بات کرنے کے بعد انہوں نے والد صاحب کو مشورہ دیا کہ آپ کے بیٹے کے لیے نفسیاتی ڈاکٹر کی دواؤں کے ساتھ ساتھ مراقبہ اور کلر تھراپی سے علاج بہت فائدہ مند رہے گا۔ ان کی بات سن کر میرے والد نے کہا کہ ہم تو اپنے بیٹے کی طرف سے بہت پریشان ہیں۔ اگر اسے مراقبہ اور کلر تھراپی سے فائدہ ہو جائے تو سبحان اللہ.... مگر مراقبہ ہوتا کیا ہے....؟

میرے والد صاحب کا سوال سن کر انکل نے کہا کہ مراقبہ ذہنی سکون اور کنسنٹریشن حاصل کرنے کی ایک مشق کا نام ہے۔

میں نے اس کے بارے میں کبھی نہیں سنا۔ مراقبہ اب تو بہت معروف ہو چکا ہے۔ کمال ہے یاد تم مراقبہ کے بارے میں کچھ نہیں جانتے۔ بہر حال اگر تم مناسب سمجھو تو اپنے بیٹے کے لیے مراقبہ سے علاج پر بھی

غور کرو۔ والد صاحب نے اجازت دے دی۔

دو دن بعد وہی انکل مجھے مراقبہ کے ماہر ایک صاحب کے پاس لے گئے۔ انہوں نے میری تمام کیفیات بغور سنیں اور کہا کہ آج کل اس قسم کے ذہنی مسائل بہت بڑھ گئے ہیں، انہوں نے بتایا کہ ذہنی دباؤ اور نفسیاتی امراض میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔ ان مسائل کے حل کے لیے مراقبہ بھی بہت موثر ہے۔ انشاء اللہ مراقبہ سے آپ کو بہت فائدہ ہو گا۔ میں نے کہا کہ میں مراقبہ کے بارے میں کچھ نہیں جانتا برائے کرم آپ میری رہنمائی فرمائیں۔ انہوں نے بتایا کہ ذہنی کارکردگی میں ارتکاز (ذہن کی توجہ کا ایک جگہ مرکوز ہونا) بہت اہمیت رکھتا ہے۔ کسی بھی کام میں ذہنی ارتکاز ہو تو وہ کام زیادہ بہتر ہوتا ہے۔ ارتکاز کا دوسرا نام مراقبہ (Meditation) ہے۔

میں نے ان سے سوال کیا کہ ذہنی سکون، یکسوئی، منتشر خیالی اور ارتکاز مراقبہ کی مشقوں سے کیسے حاصل ہو سکتے ہیں....؟

وہ میرے سوال پر مسکرائے۔ ”دیکھو! جینا آپ کا سوال بہت اچھا ہے۔ کسی بھی چیز سے بھرپور استفادہ حاصل کرنے کے لیے اس پر تحقیق اور فوائد کا جائزہ لیا جاتا ہے، مراقبہ کے تحقیقی مضامین سے میں اکثر مستفید ہوتا رہتا ہوں اور ان کی کئی مشقیں خود پر اور اپنے مریضوں پر آزما چکا ہوں۔ مراقبہ کی مشقوں سے مجھے بہتر نتائج ملتے ہیں۔ مراقبہ، نیکو تھراپی میں مفید پایا گیا ہے، جسمانی بیماریوں سے محفوظ رہنے اور ان سے صحت پانے، بے خوابی سے نجات پانے اور تخلیقی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے میں مراقبہ مددگار و معاون ثابت ہوا ہے۔

انہوں نے مجھے مراقبہ کی مشقیں بھی بتائی اور اس کا طریقہ بتایا، سمجھایا اور ایک کتاب بھی مدد کے لیے دی۔ میں نے مراقبہ کی مشقوں کو ذہن میں کئی مرتبہ ری کال کیا

اور کتاب کا بھی بغور مطالعہ کیا۔

ایک روز عشاء کی نماز کے بعد مراقبہ کا آغاز کیا چند روز رات مراقبہ میں بے چینی، بے سکونی اور منتشر خیالی رہی۔ مگر میں نے مراقبہ اس یقین کے ساتھ جاری رکھا کہ ”اگر مسائل کا حل مراقبہ سے ممکن ہے تو مجھے بھی اس سے فائدہ ہو گا۔“

ایک روز حالت مراقبہ میں خود کو ایک خوبصورت پارک میں دیکھا، چاروں طرف سبزے کی چادر بچھی ہوئی تھی اور اس میں قرینے سے لگے رنگ برنگی پھول اپنی خوشبو سے تمام پارک کو معطر کیے ہوئے تھے۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ آسمان پر بادلوں کی کالی لکڑیاں چھائی ہوئی ہیں، پرندے فضا میں اڑ رہے ہیں، درختوں پر چڑیاں چہچہا رہی ہیں، کچھ دیر میں ہلکی بارش ہونے لگی سچے بارش میں خوب بلا لگا کر رہے ہیں۔

مراقبہ میں آنکھیں بند کرتے ہی چاروں طرف ٹپکی

روشنی پھیل گئی۔ دیواروں اور چھت کا رنگ نیلا ہو گیا، پردے نیلے یہاں تک کہ میں نے جوں جوں زیب تن کیا ہوا تھا وہ بھی نیلا دکھائی دے رہا تھا۔ نیلی روشنی ذہن کو سکون پہنچا رہی تھی۔

ایک روز مراقبہ کے دوران دیکھا کہ ہلکی دھوپ پھیلی ہوئی ہے۔ موسم سرد ہے کچھ دیر بعد خوبصورت کئی رنگوں سے مزین تھلیوں کا غول فضا میں نمودار ہوا اور حد نگاہ تک تھلیاں ہی تھلیاں دکھائی دے رہی تھیں۔

چند ہفتے مراقبہ جاری رکھنے کے بعد مجھے ذہنی سکون کا احساس ہوا ہے مجھ میں برداشت اور ارتکاز توجہ میں اضافہ، چوڑے پن اور منتشر خیال میں بہتری آئی ہے، اعتماد کی وجہ سے وہم کے مرض میں بھی کمی آئی ہے، خوف اور ڈر کافی کم ہوا ہے۔

پہلے لوگ مجھے کاہل اور ست کہا کرتے تھے اب میں ہر کام وقت مقررہ پر کرنے کی کوشش کرنے لگا ہوں۔

خدا رحمت کند این عاشقان پاک طینت را

علم و فن کے دیے جلانے والی عظیم ہستی، نامور ماہر تعلیم اور کراچی کے سابق ڈائریکٹر اسکولز محمد نسیم اللہ خان مختصر حالات کے بعد انتقال کر گئے۔

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

1950ء-1975ء کراچی کے کئی گورنمنٹ سیکنڈری اسکولز کے ایک انتہائی بے لوث اور شفیق ہیڈ ماسٹر اور بعد ازاں ڈائریکٹر اسکولز محمد نسیم اللہ خان 1922ء میں لکھنؤ میں پیدا ہوئے۔ مسلم یونیورسٹی علی گڑھ سے اعلیٰ تعلیم حاصل کرنے کے بعد محکمہ تعلیم سے وابستہ ہوئے۔ قیام پاکستان کے بعد ہندوستان سے ہجرت کر کے کراچی آنے کے بعد حروں کے روحانی پیشوا امیر پگارا اور ان کے چھوٹے بھائی پیر نادر علی شاہ راشدی کے اتالیق مقرر ہوئے پیر پگارا اپنے استاد کا بے حد احترام کرتے تھے 1950ء میں گورنمنٹ سیکنڈری اسکول جیل روڈ میں تعینات ہوئے۔ جہاں پر چیف سیکرٹری سندھ سعید احمد سندھ، امیر جماعت اسلامی سید منور حسن، سفیر کرامت اللہ غوری سپریم کورٹ کے جج مسٹر جسٹس ایس اے ربانی، کراچی یونیورسٹی کے وائس چانسلر ڈاکٹر ظفر سعید سیفی، پروفیسر ابن علی، نسیم الدین مرزا اور دیگر ان کے شاگرد رہے۔ گورنمنٹ بورڈ سیکنڈری اسکول ناظم آباد میں کھیلوں کے صوبائی وزیر ڈاکٹر محمد علی شاہ، قاری شاکر قاسمی، مولانا آصف قاسمی، قادری وحید ظفر قاسمی، آئی جی جیل خانہ جات سندھ یامین خان مرحوم، نامور کرکٹر صلاح الدین صلو بھائی، پروفیسر امتیاز علی صدیقی، ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی اور دیگر ان کے شاگرد رہے، مرحوم 1978ء میں ڈائریکٹر اسکولز مقرر ہوئے 1980ء میں انہوں نے فریضہ حج ادا کیا اور 1982ء میں ڈائریکٹر اسکولز کے منصب سے ریٹائر ہوئے، ریٹائرمنٹ کے بعد نسیم اللہ خان عائلی تعلیم بورڈ کی معاونت نسیم کے رکن کے طور پر بھی خدمات انجام دیتے رہے۔

کنارہ کشی اختیار کر سکتے ہیں۔

مراقبہ کیجئے

شاہد کی بات

آلو اور

ٹماٹر کے خاندان

سے تعلق رکھنے

والے

تंबاكو نوشی ترك کیجئے

تंबاكو نوشی

کا پرانا

نما

ہادی اس وقت تک یہ عادت ترک

کر دینے کے لئے سنجیدہ نہیں ہوتا جب

تک کہ اسے کئی موزی امراض

نہ ٹھہریں۔

یاسر سرفراز

تंबاكو کے پودے کے خشک پتوں سے

تंबاكو حاصل کیا جاتا ہے جس کا بنیادی

عنصر نکوٹین کہلاتا ہے۔ اسکا استعمال تقریباً دو ہزار سال

قبل بطور دوا شروع کیا گیا۔ دوا شناسی کے علم میں نکوٹین

کو متحرک کرنے والی ادویات

کی کلاس میں شامل

کیا جاتا ہے۔

کیونکہ یہ

اعصابی

نظام کو

تحریک دیتی

ہے جس کے نتیجے

میں نظام تنفس کی رفتار بڑھتا اور

خون کی شریانوں کا سکڑنا شامل ہے۔ اس کے استعمال

سے دل کے دھڑکنے کی رفتار بڑھ جاتی ہے اور بلند فشار

خون جسم میں کئی بگاڑ پیدا کرنے کے

لئے تیار ہو جاتا ہے۔ تصویر میں آپ

دیکھ سکتے ہیں کہ تंबاكو نوشی سے نہ

صرف خون کے نظام بلکہ

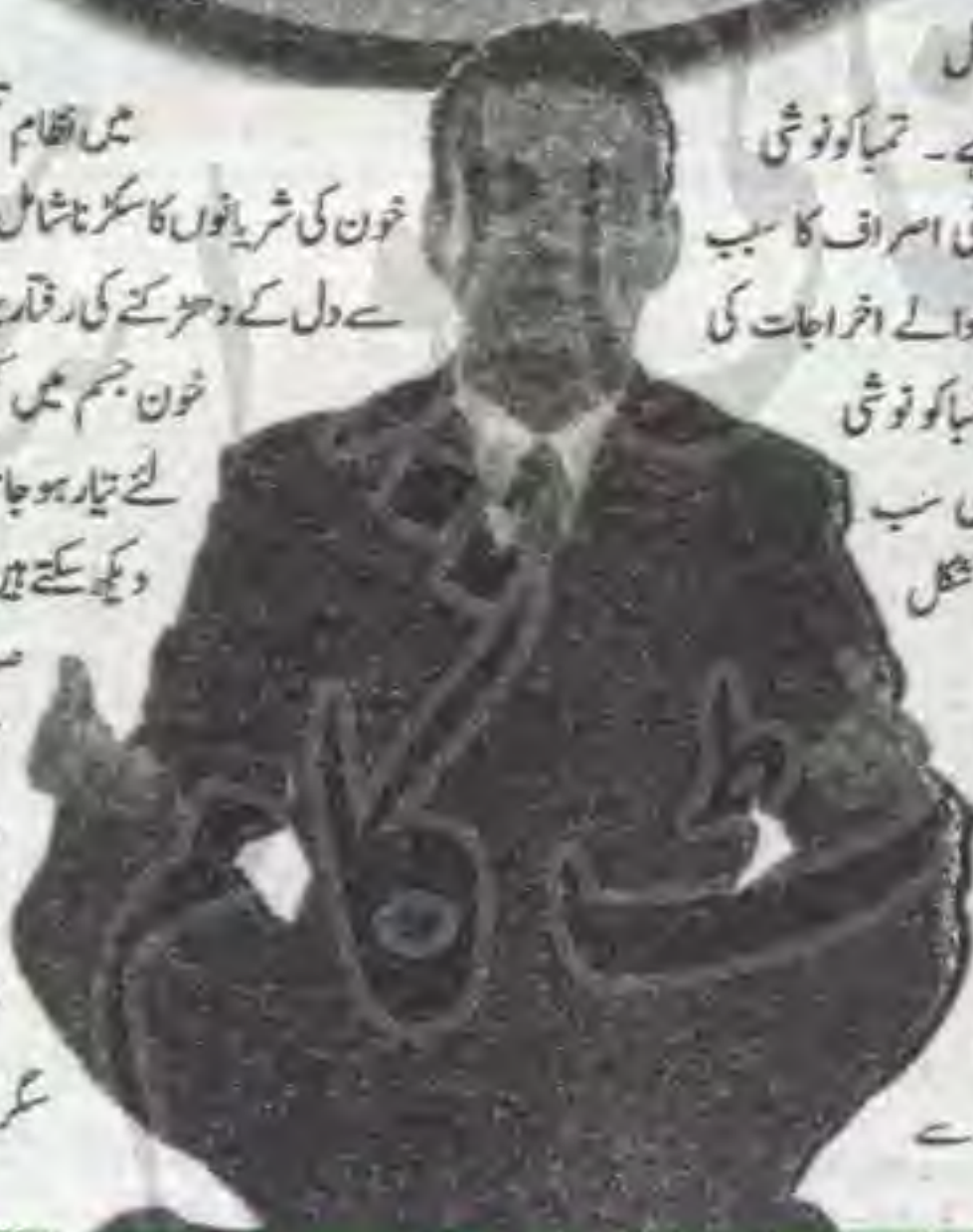
جسم کے تمام اہم

حصوں میں کینسر و دیگر

موزی بیماریاں جنم لے

سکتی ہیں۔ جلتی ہوئی

سگریٹ کا کش لیتے وقت



تंबاكو نوشی

ایک میڈیکل

کنڈیشن ہے۔ یعنی یہ

ایک مرض ہے جس

سے ہونے والی

سجیدہ کیوں اور

ذات خود تंबاكو نوشی

کے ترک کے لیے میڈیکل

سائنس علاج تجویز کرتی ہے۔ تंबاكو نوشی

نہ صرف برا اور مست معاشی اصراف کا سبب

ہے بلکہ یہ صحت پر لٹھنے والے اخراجات کی

ایک بڑی وجہ بھی ہے۔ تंबاكو نوشی

کی کئی اقسام ہیں جن میں سب

سے زیادہ عام شکل

سگریٹ ہے۔

آپ دیکھتے ہیں

کہ تंबاكو نوشی کیا ہے، یہ

کس طرح صحت کے

لئے مضر ہے اور کس

طرح ہم اس سے

بچ سکتے ہیں۔

میں

میں

میں

میں

میں

تمباکو نوشی کے نقصانات

Chronic Diseases

Cancers

Head or Neck

Lung

Leukemia

Stomach

Kidney

Pancreas

Colon

Bladder

Cervix

Stroke

Blindness

Gum infection

Aortic rupture

Heart disease

Pneumonia

Hardening of the arteries

Chronic lung disease & asthma

Reduced fertility

Hip fracture



بلکہ یہ پیچھے پھڑوں میں مصروف عمل نظام مدافعت کو کمزور کرتے ہوئے ہمیں فلو، کوئلڈ، نمونیا اور سانس کی نالیوں کے ورم کا آسان شکار بنا دیتا ہے۔

تھوڑی مقدار میں لی جانے والی نگوٹین ہمارے دماغ کے پیچلی طرف موجود Cerebral Cortex کو بھی متحرک کر دیتی ہے جس سے توجہ اور دیگر ذہنی افعال کی کارکردگی بہتر ہو جاتی ہے۔ ہمارے دماغ میں احساسات اور جذبات کو کنٹرول کرنے والے نظام میں ایک Reward Center ہوتا ہے جس کا کام خوشی اور فرحت کا احساس پیدا کرنا ہوتا ہے۔ اسے بھی نگوٹین متحرک کر دیتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ تمباکو نوشی کرنے والے شخص کو تمباکو نوشی سے خوشی یا سکون کا احساس ہوتا ہے۔ مگر دماغی افعال میں معمولی بہتری لانے والے یہ اثرات دیرپا ہر گز نہیں ہوتے۔ کیونکہ بار بار ہمارے اعصابی نظام

سگریٹ کی نوک پر درجہ حرارت تقریباً 700 C تک پہنچ جاتا ہے۔ جس سے کئی کیمیائی reactions رونما ہوتے ہیں، کئی گیسیں، بشمول کاربن مونو آکسائیڈ (زہریلی گیس) بنتی ہیں اور چپکنے کی صلاحیت رکھنے والا ایک مادہ دھوئیں کی شکل میں ہمارے پیچھے پھڑوں میں پہنچتا ہے جہاں جلتی ہوئی سگریٹ کے مقابلے میں کئی گنا کم درجہ حرارت کے سبب یہ گاڑھے سیال مادہ کی صورت میں پیچھے پھڑوں میں باریک جھیلیوں سے بنی سانس کی جھیلیوں میں چپک کر جم جاتا ہے۔ اس مادے کو مار کہا جاتا ہے۔ سگریٹ کا دھواں ہماری سانس کی نالیوں کی نازک سطح پر جلن کا احساس پیدا کرتا ہے جس سے کھانسی آتی ہے اور سانس اکھڑنے لگتی ہے اور نوبت پیچھے پھڑوں کے سرطان تک پہنچ جاتی ہے۔ ہمارے جسم میں آکسیجن پیچھے پھڑوں کے ذریعے خون میں داخل ہوتی ہے، ٹارنہ صرف اس عمل میں رکاوٹ بنتا ہے

نگوٹین کے اثرات ابڑ ہونے سے ہمارا اعصابی نظام نگوٹین کا عادی ہو جاتا ہے۔ اسلئے ابتدا میں لی جانے والے نگوٹین سے اعصابی نظام پر حاصل ہونے والے اثرات کچھ ہی عرصہ بعد نگوٹین کی اتنی ہی مقدار سے حاصل نہیں ہوتے۔ یوں کہتے ہیں کہ آپ کو اپنے جسم یا ذہنی کارکردگی میں ایک سگریٹ سے محسوس ہونے والی تبدیلی چند دنوں کے بعد صرف ایک سگریٹ سے حاصل نہیں ہوتی۔ اس کے ساتھ ساتھ ہمارے ذہنی افعال کی وہ ٹارنل کارکردگی جو تمباکو نوشی کی عادت میں جکڑنے سے پہلے ہوا کرتی ہے اسے بھی برقرار رکھنے کے لئے اعصابی نظام مزید نگوٹین کا محتاج بن جاتا ہے اور یوں دن بدن تمباکو نوشی کی عادت بڑھتی اور مضبوط ہوتی چلی جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ تمباکو نوشی کے ایڈم مکمل ترک کرنے یا کسی وجہ سے تمباکو نوشی سے دستبردار ہونے کے سبب عادی افراد وقتی طور پر شدید پیریشن، بے چینی، اور ٹکڑے توجہ میں کمی اور بیچلاہٹ محسوس کرتے ہیں۔

تمباکو نوشی ترک کر دینا آپکی صحت، آپکے گھر اور معاشرے کے لئے نہایت فائدہ مند اور کئی مالی اور جسمانی نقصانات سے بچاؤ کے لئے ضروری ہے۔ تمباکو نوشی کے خلاف کام کرنے والی ایک امریکن ویب سائٹ اور The Foundation for a Smoke free America کا دعویٰ ہے کہ نگوٹین کی عادت اتنی ہی شدید ہے جتنی کہ ہیروئن، کوکین اور الکوہل کی ہے کیونکہ ان سب کو ترک کرنے کے دوبارہ انکی طرف راغب ہونے والے افراد کی شرح بھی تمباکو نوشی کی طرف دوبارہ پلٹ آنے والے افراد کی شرح کے قریب برابر ہے۔

کیا آپ تمباکو نوشی ترک کر سکتے ہیں؟ جی ہاں!! سب سے پہلے تو اس بات کا یقین کر لیجیے کہ آپ کر سکتے ہیں۔ اس سے آپ کی قوت ارادی مضبوط ہوگی اور لاشعور

سے بہت زیادہ مدد حاصل ہوگی۔ اس کے ساتھ یہ مان لیجئے کہ آپ ایک بری عادت کا شکار ہیں اس سے آپ خود کو بہتر طور پر تمباکو نوشی کی عادت کے خلاف تیار کر سکیں گے، اور یہ بھی جان لیجیے کہ قوت ارادی، ایلیو پیٹک اور الٹریٹ میڈیسن تھیراپی کی مدد سے تمباکو نوشی تاحیات ترک کرنے میں ناکامی کا سامنا بھی ہو سکتا ہے مگر بہت کم باریں پہلے سے زیادہ مطلوبہ ارادے اور بہت سے آپ کی جیت بچتی ہے۔ دنیا بھر میں لوگ ایلیو پیٹک علاج، یوگا، مراقبہ اور دیگر ماسٹڈ ٹیکنیکس کی مدد سے تمباکو نوشی کی عادت سے چھٹکارا حاصل کر رہے ہیں۔ آپ بھی کر سکتے ہیں، مگر یاد رہے کہ کوئی بھی طریقہ فوراً سے اس عادت کو ختم نہیں کرتا، یہ 50 سے 60 فی صد تک آپکی مدد کرتا ہے جبکہ 100 فی صد تک کامیابی کا انحصار آپکی قوت ارادی اور Subconscious Mind پر ہے۔

آئیے دیکھتے ہیں کہ کس طرح اس عادت کو ترک کرنے میں مراقبہ سے مدد لی جاسکتی ہے۔

مراقبہ روحانی درمگاہوں میں صدیوں سے رائج ایک مشق ہے۔ اولیاء اللہ اور روحانی علوم کے طلباء کے معرفت کے سفر میں مراقبہ ایک اہم راستہ رہا ہے۔ اور ٹکڑے توجہ، مثبت طرز فکر، شخصیت کی تعمیر اور دیگر جسمانی و روحانی فوائد حاصل کرنے کے لئے مراقبہ صدیوں سے مددگار رہا ہے۔ خوشی کی بات یہ ہے کہ جدید سائنس مراقبہ کے Mechanism کو سائنسی بنیادوں پر دریافت کرنے کی طرف متوجہ ہے اور اس سلسلے میں نئی تحقیقات سامنے آتی جا رہی ہیں۔ کئی منظم سائنسی تجربات اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ مراقبہ اسٹریس اور ڈپریشن کو کم کرتا ہے جبکہ مثبت جذبات، توجہ، جسم میں بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت، منفی خیالات اور بری عادت پر کنٹرول کرنے کی استعداد میں اضافہ کرتا ہے۔

عقل خیران ہے...!

سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی...

انسان سائنس ترقی کی بدولت کیمانی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کی مہر اور پھاروں کی چوٹیوں پر
میں کے حقیقت کا رہا ہے۔ زمین کے بطن میں اور ستاروں کے گہرے گہروں کی تلاش سے انسانی علم کا
کھانا کھانے والے انسان کے حاشے کا نظام کے حقائق کو ان کے گہرے گہروں میں گہری نظر سے دیکھ کر اب ان
کے اپنے اندر چھپے ہوئے حقائق سے آگاہ ہو چکا ہے۔ وہ ان کے اندر چھپے ہوئے حقائق سے آگاہ ہو چکا ہے۔
ان کے اندر چھپے ہوئے حقائق سے آگاہ ہو چکا ہے۔ ان کے اندر چھپے ہوئے حقائق سے آگاہ ہو چکا ہے۔

جولائی 1947ء میں ایک عجیب و غریب شے روزویل، نیو میکسیکو کے ریگستان میں آگری۔ وہ جو کوئی بھی چیز تھی،
امریکہ حکومت اس مقام پر پہنچی اور اسے اٹھا لیا۔ امریکی ایئر فورس اور چشم دید گواہوں سے یہ خبر دنیا بھر کے
اخبارات میں شائع ہوئی کہ ایک اژن طشتری کا لمبہ برآمد کیا گیا ہے۔ لیکن امریکی فوج نے جلد ہی اپنی دی ہوئی خبر
واپس لے لی اور کہا کہ زمین پر گرنے والی چیز ایک موسمیاتی غبارہ تھا۔ بعض منجھلے سائنسدانوں اور محققین نے اس پر
تحقیق شروع کی اور پھر وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اژن طشتروں کے متعلق بہت سے حقائق بھی منظر عام پر آنا
شروع ہو گئے۔ مگر حکومت نے اپنا بیان پھر تبدیل کر لیا اور کہا کہ دراصل جو کچھ نظر آیا تھا وہ سوویت یونین کے
نوکیر و مہاکوں کا پتہ چلانے کے لیے ایک انتہائی خفیہ ٹیسٹ تھا۔ حقائق، ثبوت اور چشم دید گواہ ہونے کے باوجود
امریکی حکومت سمیت ترقی یافتہ دنیا کے تمام سائنسدان اور فلکیات دان انکار کر رہے ہیں، بلکہ اس بارے میں گفتگو
کرنے پر بھی تیار نہیں۔ لیکن چند سائنسدانوں اور محققین ہیں جو اس واقعہ کو گم گشتہ نہیں
سمجھتے دیتے۔

روزویل کا واقعہ
سائنسدان خاموش کیوں ہیں...؟

حائل ایک بڑی وجہ تمباکو کی طلب ہے، جب بھی
تمباکو نوشی ترک کرنے کا ارادہ کیا جاتا ہے طلب مدافعت
کرنے لگتی ہے۔ مراقبہ براہ راست طلب پر اثر نہیں کرتا
مگر Self Control System میں ہونے والی مثبت
تبدیلیوں کی وجہ سے عادی فرد تمباکو کی طلب کا سامنا
بہتر طور پر کر سکتا ہے۔

جسم میں کاربن مونو آکسائیڈ کی مقدار کی جانچ سے
محققین اس نتیجے پر پہنچے کہ وہ ہفتوں تک کئے جانے والے
مراقبہ سے تمباکو نوشی میں ہونے والی کمی کئی ہفتوں تک
برقرار رہی۔ یعنی ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ پابندی کے ساتھ
مراقبہ کرتے رہنے سے تمباکو نوشی سے ہمیشہ کے لیے
کنارہ کیا جا سکتا ہے۔ اسلئے... مراقبہ کیجئے اور
تمباکو نوشی ترک کیجئے۔



ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی کی کتاب نظرِ بد اور شر سے حفاظت

اس کتاب میں جنات کی
حقیقت اور انسانوں کے
ساتھ جنات کے رابطوں
اور تعلقات کا تذکرہ بھی
شامل ہے۔



اپنے قریبی بک اسٹال سے طلب فرمائیں یا
براہ راست منگوانے کے لیے رابطہ کیجیے۔

021-36606329

ہمارے دماغ کے کچھ حصے مل کر اپنی جسمانی عادات
کو کنٹرول کرنے کا ایک نظام بناتے ہیں جسے Self-
Control کہا جاتا ہے۔

اعصابی نظام کے اتار چڑھاؤ کی تصویر کشی کی صلاحیت
رکھنے والی نیوروا میجنگ ٹیکنالوجی کی مدد سے دریافت کیا
گیا ہے کہ سموکرز کے دماغ کے Self-Control سسٹم
میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔ یہ سسٹم جتنا بہتر ہوگا، قوت
ارادی، فیصلہ کرنے کی طاقت، خود اعتمادی اور خود پر لاگو
کی جانے والی پابندیاں مثلاً وقت کی پابندی یا غیر صحت مند
عادات سے بچنے کے ارادے میں استقامت اتنی
بھی بہتر ہوگی۔

University of Texas at Austin
سائیکولوجی ڈیپارٹمنٹ میں کی جانے والی ایک تازہ تحقیق
سے ثابت ہوا کہ تمباکو نوشی کے عادی افراد کے دماغ میں
وہ ہفتوں تک (کل پانچ گھنٹے) مراقبہ کرنے کے بعد مثبت
تبدیلیاں آئیں۔

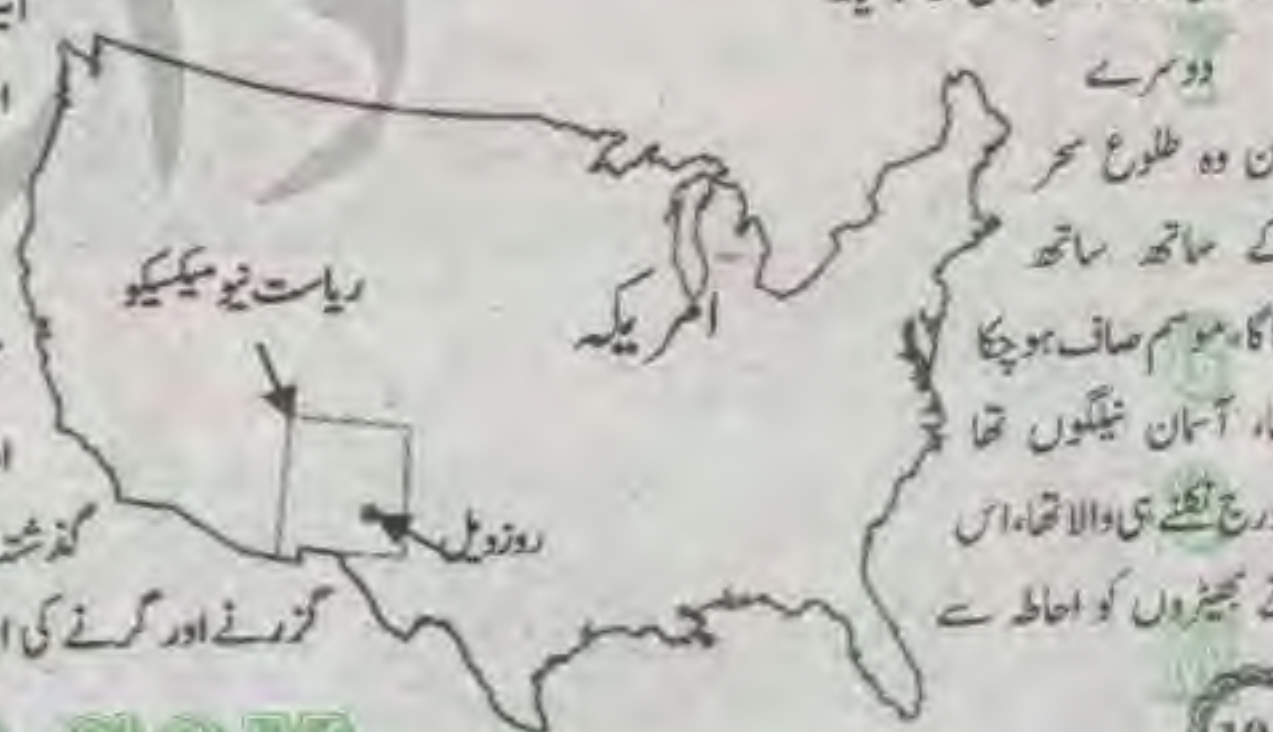
اس تحقیق کی خوبی یہ ہے کہ اس میں مراقبہ کے مکمل
دورانہ کے بعد مراقبہ سے ہونے والی تبدیلیوں کا
مشاہدہ Neuroimaging Technology (اعصابی
تصویر کشی)، سوالنامہ اور جسم میں کاربن مونو آکسائیڈ کی
مقدار کی جانچ کے ذریعے سے کیا گیا۔
Neuroimaging Technology کی مدد سے دیکھا
گیا کہ نشہ کی عادت کے سبب Self Control
System میں ہونے والا بگاڑ جو کہ دماغ کے مخصوص
حصوں میں خون کی گردش سے متعلق ہے، مراقبہ کرنے
سے بہتری کی طرف بڑھنے لگا اور اس تحقیق میں شامل
تمباکو نوشی کے عادی وہ افراد جو یہ عادت چھوڑنے کے
خواہاں بھی نہیں تھے، ان میں 60 فی صد تک تمباکو نوشی
میں کمی کا مشاہدہ کیا گیا۔ تمباکو نوشی کے ترک کی راہ میں

جنوب مغربی امریکی ریاست نیو میکسیکو میں وسیع و عریض رقبے پر پھیلا وائنٹ سینڈ صحرا کا شمار امریکہ کے سفید ریت کے سب سے بڑے صحرا کے طور پر ہوتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ اس صحرا کی رات شہروں کی رات سے مختلف اور پر رونق ہوتی ہے، اس کے رنگ اس کے ڈھنگ جدا ہیں آسمان پر جگمگاتے ستارے زیادہ منور ہوتے ہیں اور تاریک صحرائیں جگہ جگہ وقفے وقفے سے صحرائی ریت سے روشنی کے فوارے ابھرتے نظر آتے ہیں۔

اسی صحرا سے منسلک شہر روزویل Roswell کے نزدیک ایک چھوٹا سا گاؤں کرونا Corona ہے جس کے رہائشی جولائی 1947ء کی ایک رات نیند کی آغوش میں سو رہے تھے۔ میک برزیل Mac Brazel، جو اس گاؤں میں فاسٹر ریج کی جاگیر پر اس کی بھیڑوں کا رکھوالا تھا اور اسی جاگیر پر رہتا تھا، اپنا دن بھر کا کام مکمل کر کے گھر لوٹ آیا تھا، بادل اٹھے بجلی کڑکی بارش ہونے لگی، موسم گرما میں اس علاقے میں اردو باراں کا اچانک آنا اجنبی نہیں ہے، میک سونے کے لیے لیٹ گیا، لیکن ابھی اس کی آنکھ ہی لگی تھی کہ بادلوں کی گڑ گڑاہٹ اور بجلی کی تڑپ کے ساتھ ساتھ ایک دھماکہ ہوا جس سے میک کا گھر لرز گیا اور کھڑکی اور دروازے کی دراڑوں سے غیر معمولی تیز روشنی کا چمک نے اسے بیدار کر دیا۔ لیکن میک اسے موسم کی کارستانی سمجھ کر لمبی تان کر سو گیا۔

ٹکالا اور کھلے صحرا کی سمت حسب معمول چل پڑا، کچلے میدان میں اسے آج صحرائیں جگمگاتے عجیب رنگوں کے ٹکڑے ٹکڑے دکھائی دیئے جو ایک میل لمبے اور کئی سو فٹ چوڑے صحرائیں بکھرے پڑے تھے، یہ ٹکڑے کسی انتہائی چیز کے بچے ہوئے تھے جو نہ دھات تھی نہ پلاسٹک اور نہ ہی لکڑی، ایسا لگتا تھا کہ جہاز یا کوئی چیز تیزی سے آئی ہوئی یہاں کسی شے سے ٹکرائی ہے اور پھر دور کہیں وادیوں میں جا گری ہے۔ میک کی بھیڑوں نے ان بکھرے ہوئے ٹکڑوں کے درمیان چلنے سے انکار کر دیا اور بدک کر دوسری طرف ہو گئیں۔ میک نے تجسس میں آکر چند ٹکڑے اٹھائے اور ساتھ گھر لے آیا۔ ان ٹکڑوں کو دیکھ کر میک کے پردہ کی بات پر قائل کیا کہ اس کی خبر ایئر فورس کو دو گے تو شاید تمہیں کوئی انعام مل جائے کیونکہ دوسری عالمی جنگ اپنے انجام کو پہنچ چکی تھی، اور دنیا میں دو بڑی طاقتوں روس اور امریکا کے درمیان سرد جنگ جاری تھی۔ امریکی ایئر فورس نے روس کے جاسوسی جہازوں یا دوسری چیزوں کے بارے میں خبر دینے پر انعام بھی رکھا ہوا تھا۔

میک یہ ٹکڑے لے کر اپنے گاؤں کے آفیسر شریف جارج ولکو کس George Wilcox کے پاس گیا۔ شریف نے مقامی ایئر فورس ہیڈ کوارٹر "روزویل آرمی ایئر فورس" RAAF کو اطلاع دی کہ روزویل کے قریب شاید کوئی طیارہ آگرا ہے۔ لیکن ایئر فیلڈ کا نہ تو کوئی جہاز گم ہوا تھا اور نہ ہی انہیں ریڈار پر گزشتہ رات کسی جہاز کے گزرنے اور گرنے کی اطلاع تھی۔ بہر حال ایئر



فورس سے میجر جی مارسل Jesse Marcel اور کیپٹن شیراڈین کیوٹ Sheridan Cavitt، فورس کے ایک ٹرک کے ہمراہ کرونا کے صحرائیں وارد ہوئے۔ ساتھ میں جاس کے کئی افراد بھی مدد کے لیے پہنچ گئے۔ آرمی مارے بکھرے ہوئے ٹکڑے سمیٹ رہی تھی کہ ٹھوڑے فاصلے پر انہیں اس گر کر تباہ ہونے والے طیارہ کے بچے کے آثار نظر آئے، لیکن یہ طیارہ عام طیاروں سے مختلف ایک بہت بڑی گول پلیٹ کی مانند تھا، جس کا ٹیپہ قاصد واضح طور پر چمکتا نظر آ رہا تھا۔ اس بچے کے قریب پہنچ کر لوگ حیران ہو گئے پتہ چلا کہ وہ چیز جو روزویل میں اس رات گری تھی وہ سوائے ایک اڑن طشتری کے اور کچھ نہیں، اس کے قریب ہی نیچے زمین پر تین سرورہ اجسام پڑے نظر آئے، لیکن یہ انسانی جسم سے کافی مختلف تھے۔ ہڈیوں کی طرح سوکھے ہاتھ پیر، لمبی انگلیاں، دو بلا پٹلا نازک جسم لیکن سر بہت بڑا، چہرہ بیضوی، لیکن ماتا اور سر کی جانب سے غیر معمولی بڑا تھا اور تھوٹی کی جانب سے کبوتر، اور چہرے پر لمبی نمایاں آنکھیں، دیکھنے میں یہ کوئی اور دنیا کی مخلوق لگتے تھے، یہ عجیب و غریب منکر دیکھ کر ایئر فورس نے فوراً علاقے کے لوگوں کو وہاں آنے سے روک دیا اور انہیں واپس گھر جانے پر مجبور کر دیا۔ ساتھ ہی حادثے کے اس علاقے کا گھیراؤ کر لیا گیا اور آنے جانے لے راست پر ناکہ بندی لگادی۔

تحقیق کی غرض سے اڑن طشتری کے بچے اور خلائی مخلوق کے اجسام کو آرمی نے اپنے قبضہ میں لے لیا اور اپنے میں اسٹیشن روانہ ہو گئی۔ میجر جی مارسل نے اپنے ٹیسٹ کو اس انوکھے حادثے کی اطلاع دی جہاں کے کرنل ویلم بلینچرڈ نے میجر مارسل کو اس بچے کے ٹکڑے جرنل رابرٹس کے پاس لے جانے کا آرڈر دیا۔ ساتھ ہی کرنل ویلم بلینچرڈ William Blanchard نے ایئر میں کے

پبلک انفارمیشن آفیسر لیفٹننٹ والٹر ہاٹ Walter Haut کے ہاتھوں پریس میں یہ خبر بھی بھجوا دی کہ روزویل میں اڑن طشتری گری ہے جو اب ایئر فورس کے قبضہ میں ہے۔



میجر مارسل اپنے ساتھی کیپٹن کیوٹ کے ہمراہ فضائیہ کے ایئر بیس میں برگڈیر جنرل راجر ریکی Roger Ramey سے ملنے آئے اور اسے ایک فٹ لمبا اور 6 انچ چوڑا دھات کا ایک ٹکڑا دکھاتے ہوئے بتایا کہ یہ اس اڑن طشتری کے بچے کا حصہ ہے جو قصبہ روزویل کے قریب گری تھی۔ دھات کا وہ ٹکڑا انتہائی عجیب تھا۔ اس کا وزن انتہائی کم تھا جو اس کے حجم سے مطابقت نہیں رکھتا تھا، لیکن اس کے باوجود نامعلوم دھات کا وہ ٹکڑا انتہائی سخت تھا، حتیٰ کہ میجر مارسل، جو اپنی طاقت کیلئے مشہور تھے، اپنی تمام تر کوششوں کے باوجود اسے کسی بھی طرح موڑنے میں ناکام رہے۔ تینوں حضرات نے واقعے کے بارے میں کچھ دیر گفت و شنید کی، اور پھر پاس نے بات پر حتمی فیصلہ دیتے ہوئے کہا کہ یہ چیز واقعی کمال ہے، پلاسٹک اور دھات کا عجیب امتزاج معلوم ہوتی ہے جو اس سے پہلے کبھی دیکھنے میں نہیں آئی۔ لیکن اس تمام تر حقیقت کے باوجود جو احکامات آج صبح ملے ہیں وہ صاف اور فیصلہ کن ہیں۔ ہم اس معاملے پر دوبارہ کبھی گفتگو نہیں کریں گے اور اسے ہمیشہ کیلئے بھول جائیں گے، جیسے یہ ہوا ہی نہیں۔ میجر مارسل کے سامنے جنرل کا حکم قبول کرنے، دھات کا وہ عجیب سا ٹکڑا اس کے حوالے کرنے اور اپنا منہ بند رکھنے کے علاوہ کوئی چارہ نہیں تھا۔ فی الفور ان انجانے ٹکڑوں کو لے کر فورٹ ورث Fort Worth (ٹیکساس) کی ملٹری لیبارٹری کو بھجوا دیا گیا۔



روزویل کا حادثہ اخبارات کی نظر میں

Army Reveals It Has Flying Disc Found On Ranch In New Mexico
اخبارات کی سرخیاں

Roswell Daily Record

RAAF Captures Flying Saucer On Ranch in Roswell Region

RAAF Captures Flying Saucer On Ranch in Roswell Region

ROSWELL DISPATCH

Army Debunks Roswell Flying Disk As World Simmers With Excitement

Officers Say Disk Is Weather Balloon

موسمیاتی غبارے کی کہانی

ایئر فورس اور گواہوں کی تردید

Roswell Daily Record

Gen. Ramey Empties Roswell Saucer

Harassed Rancher who Located 'Saucer' Sorry He Told About It

1 Daily Record

WEATHER BALLOON CRASHES ON ILM. FARM

"Not a Flying Saucer From Zeta Reticuli" Says Small, Bald, Greenish Air Force Officer

No Details of Flying Disk In New Release

The New York Times

خفیہ تجزیاتی مشن

اور لکڑی کے پتلوں کی کہانی

اور کئی ملوث فوجی اہلکاروں سے پوچھ گچھ کی اور دوبارہ

چھان بین تو پتا چلا کہ موسمیاتی غبارے کی کہانی پینٹاگون

کے احکامات پر بنائی گئی تھی۔ میڈیا کو گمراہ کرنے کے لیے

ہو سٹن کے کرل ڈوبوس Colonel Dubose کی مدد

1978ء میں سب سے پہلے نیوکلیر فزکس کے

سائنس فریڈمین Stanton Friedman

سلیپ کیس پھر سے کھولا، اس نے اس واقعے کے گواہوں

اور جب میک ایلس آیا تو اس کا بیان گزشتہ بیانات سے مختلف تھا، لیکن میک کے بیانات جو اس نے ایئر فورس کو دیے تھے بھی منظر عام پر نہیں آئے، البتہ میک نے اپنی اپنی کہانی ضرور بتایا کہ ہفتہ بھر جو سلوک اسکے ساتھ کیا گیا وہ نہایت تھا جی کہ اسے بیوی بچوں کو فون کر سکی

اہلکار بھی نہ تھی، اس کے بعد میک برازیل اپنی جائگیر کو

پھر لا کر کے طیارہ سا شہر منتقل ہو گیا۔

میڈیا میں کھرام مچ گیا، میک برازیل کے گزشتہ

بیانات اور ایئر ویو اس بات کا ثبوت تھے کہ کوئی اٹو کھا

تھا ضرور ہوا ہے۔ امریکی فوج کے بیان کا ہر کسی نے

توبہ خانی اڑایا۔ ان لوگوں کا کہنا تھا کہ اگر معاملہ صرف

ایک موسمیاتی غبارے کا تھا تو پھر فوج کو یہ بات ریڈار

پر ایسے حادثہ کے وقت ہی معلوم ہو جانا چاہیے تھی، یہ بات

منظر عام پر لانے کیلئے ایک ہفتہ تک کیوں انتظار کیا گیا، اور

اس وقت تک حادثہ کا پورا علاقہ پریس و میڈیا کے لیے

کیوں بند کر دیا گیا تھا...

اس حقیقت کے پیش نظر عوام کی اکثریت نے بھی

فوج کے بیان پر یقین نہیں کیا، بلکہ کئی محققین اور

عالمہ ان روزویل کے واقعہ کے بارے میں بات کرتے

سب سوالات اٹھاتے رہے اور اپنے طور پر تحقیق بھی

بلادی کر لی۔ حکومت کی خاموشی دیکھ کر جنوری 1972ء

میں کالی تحقیق سے متعلق ایک تنظیم نے قوم سے حقائق

پہنچانے کی آئی اے پر کیس کر دیا، بند کمرے میں

منظومات نشستوں کے بعد عدالت نے قومی سلامتی

کے ڈیٹا فزکس بند کر دیا۔

1978ء میں سب سے پہلے نیوکلیر فزکس کے

سائنس فریڈمین Stanton Friedman

سلیپ کیس پھر سے کھولا، اس نے اس واقعے کے گواہوں

کرے۔ حکومتی ادارے، ایئر فورس اپنی تمام کوششوں کے باوجود اس خبر کو دنیا بھر سے چھپانے میں ناکام رہی کیونکہ ایئر فورس سے بھی پریس ریلیز نکل چکی تھی اور اس حادثے کے سینکڑوں چشم دید گواہ موجود تھے

دوسرے دن مقامی اخبار "روزویل ڈیلی ریکارڈ" نے

اپنی 8 جولائی کی اشاعت میں یہ سرخی لگائی تھی کہ

"روزویل کے بیانات میں ایئر فورس کا اڑن طشتری پر قبضہ"

دلچسپ امر یہ ہے کہ اگر اس روز اخبار نے یہ خبر شائع نہ

کی ہوتی تو شاید آج تک کسی نے بھی روزویل میں رونما

ہونے والے واقعہ کے بارے میں کچھ نہ سنا ہوتا۔ اس خبر

کی اشاعت کے بعد امریکہ کی مختلف ریاستوں سے

ہزاروں لوگ اڑن طشتری کے گرنے کی جگہ دیکھنے اور

مقامی لوگوں کی کہانیاں سننے کیلئے آئے، اخبارات کے کئی

نمائندے میک برازیل سے ملنے اس کے گھر پہنچے اور اس

کا ایئر ویو لیا، لیکن حادثہ کے مقام پر فوج نے اخباری میڈیا

کو بھی جانے سے روک دیا۔ کچھ دن بعد پھر ایئر ویو لیا لیکن

فوج نے وہاں سے ہر چیز عائب کر دی تھی۔

پندرہ جولائی 1947ء، یعنی واقعہ کے سات دن بعد

برگینڈیر جنرل راجر رینی نے میڈیا سے تردید کرتے ہوئے

ایک بیان بھی جاری کیا جس میں کہا گیا تھا کہ روزویل میں

جو کچھ گواہ ایک موسمیاتی غبارے کے علاوہ اور کچھ نہیں

تھا۔ لیکن مقامی لوگوں نے ایئر فورس کے بیان کی تردید

کر دی اور بہت سے چشم دید گواہوں نے مقامی ریڈیو پر

بیانات کر دیے۔ اس دوران یہ ہوا کہ خفیہ ایجنسی اور

ایئر فورس کے اہلکار میک برازیل کو بطور مہمان قریبی

آرمی میں لے گئے اور اس کے بیانات قلم بند کئے میک

خفیہ پولیس اور ایئر فورس آرمی کا پورا ایک ہفتہ مہمان رہا

دوسری جانب شام 4 بجے نیو میکسیکو کے شہر بو کریک کے ایک مقامی ریڈیو اسٹیشن میں لیڈیا سلپی Lydia Sleppy نامی خاتون معمول کے دفتری امور انجام دے رہی تھی کہ اچانک فون کی گھنٹی بج اٹھی، اس نے فون اٹھایا، دوسری طرف روزویل کے ایک ریڈیو اسٹیشن کا

مالک جوینی میک بوائے Johnny McBoyle تھا، جو

ٹیکس مشین نہ ہونے کی وجہ سے ہر اہم خبر کیلئے لیڈیا کو

فون کرتا تھا، تاکہ وہ اپنی ٹیکس مشین کے ذریعے بڑے

اخبارات تک یہ خبر پہنچا سکے۔

لیڈیا نے اسے بھی جوینی کی طرف سے ایک معمول

کی کال سمجھتے ہوئے ٹیکس مشین کی طرف اپنا ہاتھ بڑھا دیا،

دوسری طرف جوینی انتہائی تیزی سے چلاتے ہوئے اسے

بتا رہا تھا کہ ایک بہت بڑی خبر ہے!!! روزویل کے قریب

ایک اڑن طشتری گری ہے جسے اس نے خود دیکھا ہے یہ

جوینی کا کہنا تھا کہ وہ ایک بہت بڑی الٹی پلیٹ کی طرح لگ

رہی ہے جس کے ایک طرف کا حصہ تباہ ہو گیا ہے۔ اپنے

تجربے کی وجہ سے لیڈیا کا ہاتھ خود بخود ہی ٹیکس کے بٹن

دبائے چلا جا رہا تھا، اور جوینی کا کہنا تھا کہ اب فوج وہاں پہنچ

گئی ہے اور اس نے سارا علاقہ بند کر دیا ہے۔ فوجی دولاٹوں

کی بات کر رہے ہیں جو شاید اس اڑن طشتری سے نکالی گئی

ہیں اور وہ اسے ٹیس کیپ لے گئے ہیں۔ لیڈیا ٹاپ کے

گئے ٹیکس کو دوسرے اسٹیشنوں پر بھیجے لگی کہ اچانک

ٹیکس مشین پر ایک مختصر پیغام وصول ہوا جو بار بار تیزی

سے دہرایا جا رہا تھا کہ "خبر فوراً روک دو، ٹیلی کاسٹ بند

کر دو۔ ایف بی آئی" اسی وقت جوینی کی آواز دوبارہ سنائی

دی جو کہہ رہا تھا کہ اس نے جو کچھ بتایا ہے لیڈیا اسے تشریح

کرے، بلکہ اس نے جو کچھ سنا ہے وہ بھی بھول جائے۔ یہ

کہہ کر جوینی نے اپنی خلاف عادت تیزی سے فون کاٹ دیا

اور لیڈیا پریشانی کے عالم میں سوچنے لگی کہ آخر وہ کیا



اس واقعہ کے 47 سال بعد یعنی 1994ء میں اس واقعہ کے دوسرے اہم کردار کیٹھن کیوٹ نے یہ تمام معروف امریکی اخبار واشنگٹن پوسٹ کے ایڈیٹر کو سنایا، جس نے اس وقت اس معاملے کو بہت اہمیت دی۔ 1994ء ہی میں اومنی OMNI میگزین نے اپنے قارئین کو ایک بار پھر روزویل کے واقعہ کی یاد

امریکی ماہر لسانیات چارلز بیرلز Charles Berlitz اور ویلیم ایل مور William L. Moore نے اس معاملے کی تحقیق کی تو اسے پتہ چلا کہ وہ چیز جو روزویل میں اس رات گری تھی وہ سوائے ایک اڑن طشتری کے اور کچھ نہیں تھی جس میں خلائی مخلوق کی لاشیں تھیں، اپنی کتاب The Roswell Incident یعنی "روزویل کا واقعہ"



میں دونوں مصنفین نے اس واقعہ سے متعلق تمام تحقیقات جمع کیں اور ان لاشوں کی طرف بھی توجہ دلائی۔ 1947ء میں اس اڑن طشتری میں سے برآمد کی گئی تھیں بیرلز کے مطابق امریکی عسکری خفیہ مقامات میں سے ایک مقام ایریا ففٹی ون Area 51 نامی علاقہ بھی ہے جس میں سائنسدانوں نے ان دو خلائی مخلوقات کی لاشوں کا پوسٹ مارٹم کر کے انہیں اب تک وہیں محفوظ بھی رکھا ہے، جس سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ امریکی حکومت اپنی قوم اور پوری دنیا سے دوسرے سیاروں میں موجود تہذیبوں کی حقیقت چھپا رہی ہے۔ چارلز بیرلز اور ویلیم مور کی کتاب نے فروخت کے تمام ریکارڈ توڑ دیئے اور ان کی لاکھوں کاپیاں ہاتھوں ہاتھ فروخت ہوئیں۔ اس کتاب نے اس معاملے ایک بار پھر زندہ کر دیا، صحافی میڈیا اور عوام نے حکومت سے اس واقعہ سے متعلق تمام حقائق سامنے لانے کا مطالبہ کر دیا مگر امریکی حکومت نے خاموشی اختیار کی رکھی، شاید یہی وجہ اس معاملے کو مزید پراسرار بناتی ہے اور وقت کے ساتھ ساتھ اس کی حقیقت کو یاد پختہ کرتی ہے۔



سے ایک نقلی موسمیاتی غبارہ بنوایا گیا اور فورٹور تھ کے فوٹو گرافر جے بونڈ جانسن Bond Johnson نے اس کی تصاویریں کھینچ کر میڈیا کو فراہم کیں۔ اسٹینٹن فریڈمین نے اس واقعہ کے سب سے اہم کردار میجر جیسی مارسیل سے رابطہ کیا جو زیادہ کچھ بتانے کو تیار نہیں تھے مگر ان سے اتنا ضرور پتہ چل گیا کہ وحاشات کے جو ٹکڑے ملے تھے وہی زمین پر کہیں پائی نہیں جاتی۔

امریکی ایئر فورس کے ڈاکٹر گلین ڈینس Glenn Dennis، جو روزویل ایئر فورس بیس پر ان دنوں تعینات تھے، نے اس بات کا اعتراف کیا کہ روزویل واقعہ کے وقت ان کے بیس کمپ پر خلائی مخلوق کی لاشیں لائی گئی تھیں، ان میں سے ایک اڑن طشتری کے گرنے کے باوجود بچ گیا تھا اور امریکی ایئر فورس نے تحقیق کی غرض سے اس پر قبضہ کر لیا تھا مگر وہ ایک ہفتہ بعد ہی اپنے زخموں کی تاب نہ لاتے ہوئے مر گیا....

اس دوران روزویل کے واقعہ اور اس سے متعلق فوج کے خفیہ کردار پر سینکڑوں رپورٹیں شائع کی گئیں اور پھر وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ بہت سے حقائق بھی منظر عام پر آنا شروع ہو گئے۔ سال 1980ء میں معروف

الاتوامی میڈیا اپنی ترقی کے عروج پر تھا، چنانچہ اکثر ٹی وی چینلز پر یہ پوری فلم دکھائی گئی اور اس پر بحث کیلئے سینکڑوں پروگرام بھی مرتب کئے گئے۔ اس فلم کے بارے میں ماہرین کی رائے حیران کن تھی۔ سینا گرائی کے ایک ماہر نے یقین دلایا کہ فلم کا خام مادہ واقعی 1940ء کی دہائی سے تعلق رکھتا ہے جسے 1945ء اور 1948ء کے درمیان فلمایا گیا تھا۔ بالی ووڈ کے ماہرین نے بھی اعلان کیا کہ اس فلم میں کوئی سینماٹرک استعمال نہیں ہوئی، دوسری جانب امریکی ریاست سان فرانسسکو کے طبی مرکز کے سرجن ڈاکٹر سیرل ویشٹ Cyril Wecht نے اپنے وسیع تجربے کے باوجود یہ یقین دلادیا کہ فلم میں دکھائے جانے والا کام ایک درست پوسٹ مارٹم ہے جو ایک حقیقی ماہر ہی انجام دے سکتے ہیں کوئی اداکار نہیں۔ اس کے علاوہ ٹھوڑے ماہر ڈاکٹر کرس میلروے Chris Milroy کا کہنا تھا کہ اگرچہ یہ انسان نہیں ہے، لیکن اس کے اعضاء ایک دوسرے سے اس طرح سے میل کھاتے ہیں کہ انہیں بناوٹی طور پر صرف کوئی ماہر ہی تیار کر سکتا ہے۔ 1996ء میں وڈمارک انٹرٹینمنٹ نامی کمپنی نے اس ویڈیو کے حقوق حاصل کرنے کے بعد اسے محققین کے ایڈیٹرز کے ساتھ ایٹن آئیو بی، فکشن اور فیکٹ (خلائی مخلوق کا

روٹی اور قارئین سے درخواست کی کہ وہ روزویل کے مشہور واقعہ کے رازوں سے پردہ اٹھانے کیلئے امریکی حکومت کو درخواستیں ارسال کریں خاص طور سے جبکہ اس وقت اس واقعہ کو نصف صدی گزر چکی ہے، امریکی حکومت کو لاکھوں درخواستیں ارسال کی گئیں، دسمبر 1994ء تک مطالبہ کرنے والے امریکیوں کی تعداد ڈیڑھ لاکھ سے تجاوز کر گئی لیکن حکومت پھر بھی ٹس سے مس نہ ہوئی، اور ایسے ایک دن اچانک روزویل کے واقعہ کی فلم کیلئے ایک ایسا ناقابل یقین ثبوت منظر عام پر آ گیا جس نے ملک کی کوئی گنجائش باقی نہیں چھوڑی تھی۔



برطانوی ٹی وی سے تعلق رکھنے والے رے سینٹلی Ray Santilli، ایک ایسی ویڈیو فلم منظر عام پر لائے، جو ان کے مطابق انہوں نے ایک سابق امریکی ایئر فورس ہائیکمان سے مل کر کی تھی جس نے اسے 50 سال سے چھپا رکھا تھا۔ اس فلم پر اسے منظر عام پر لانے کا فیصلہ لیا تھا۔ ویڈیو ایک دھماکے سے کم نہیں تھی۔ 17 منٹ کی اس ویڈیو میں ایک انسان نما مخلوق کا تفصیلی پوسٹ مارٹم دکھایا گیا تھا، جسے روزویل میں اڑن طشتری کے گرنے کے بعد انجام دیا گیا تھا۔ اس زمانے میں بین

اس ضمن میں امریکی ریاست نیو ادا میں موجود سب سے بڑے امریکی فوجی مستقر کا نام بھی لیا جاتا ہے، جسے عرف عام میں ایریا 51 کہا جاتا ہے، ان مفکرین کے مطابق اس فوجی اڈا میں امریکی ریسرچرز نے خفیہ طور پر ایسی لیبارٹریاں بنائیں ہیں جہاں جدید ٹیکنالوجی کے طریقوں اور مہلک ترین ہتھیاروں کی تیاری اور تجربات کا کام کیا جاتا ہے جس سے عام دنیا انجان ہے، کچھ مفکرین یہ بھی کہتے ہیں کہ ایریا 51 میں بھی دنیا بھر سے ملنے والی اڑن طشتریوں کی باقیات اور خلائی مخلوق پر تجربات کا کام کیا جاتا ہے اور لوگوں کو اس کے بارے میں پتہ نہ چلے اس لئے اس جگہ کو خفیہ اور لوگوں اور میڈیا کے ہتھی سے دور رکھا گیا ہے۔

چونکہ اڑن طشتریوں کی افواہیں عام تھیں، اسلئے محکمہ فوج کی ہمت پر اس جہاز کو اڑن طشتری اور اس میں ہونے والے پتلوں کو خلائی مخلوق سمجھ لیا گیا۔ امریکی فضائیہ روزویل میں گرنے والے تجرباتی جہاز کے طور پر کچھ سی چیزوں کی تصاویر بھی دکھائیں جن کے پر پتلی جیسے تھے اور ساتھ ہی لکڑی کے چند پتلے بھی دکھائے گئے۔ کوئی بچہ بھی پہچاننے میں غلطی نہیں کر سکتا تھا۔

اس بیان کا ماہرین نے تجزیہ کیا اور کچھ نئے حقائق اٹھائے۔ ماہرین کے مطابق کیا یہ ضروری تھا کہ امریکی حکومت پر تجاہل عارفانہ کا الزام زور پکڑتا چلا گیا تو امریکی حکومت، اس کی وزارت یعنی دفاع سینٹا گون اور فضائیہ نے 1997ء میں ایک اور بیان اس دعوے کے ساتھ جاری کیا کہ یہ انکشاف روزویل کے واقعہ سے متعلق ہر بحث کا ہمیشہ کیلئے خاتمہ کر دے گا۔

امریکی فضائیہ نے یہ یقین بھی دلایا کہ وہ پہلی بار کوئی اہم عسکری راز افشا کر رہی ہے، اپنے بیان میں کہا کہ جولائی 1947ء کو روزویل میں جو گرہا تھا، وہ دراصل ایک خفیہ تجرباتی جہاز تھا جس میں کچھ انسان نما پتکے رکھے گئے تھے تاکہ ان کا ایئر جنسی لینڈنگ ٹیسٹ کیا جاسکے، لیکن وہ جہاز کسی فنی خرابی کی وجہ سے گر گیا اور اس زمانے میں

ایک صدی قبل پرانے بیان کو ماننے سے انکار کر دیا تھا۔

☆ ☆ ☆

امریکہ میں freedom of information act کی حکمت عملی تک رسائی کی آزادی کے قانون کے تحت حکومت کو ہر وہ بات ایک نہ ایک دن میڈیا اور عوام کی رسائی کے لئے منظر عام پر لانی ہوتی ہے جسے وہ قومی مفاد کے پیش نظر چھپا دیتے ہیں۔

اقا قانون کے تحت جون 2013ء میں برطانیہ نے امریکا کے دوران ملکی فضاؤں میں اڑنے والی نامعلوم طشتریوں کے بارے میں پولیس اہلکاروں، فوجی، ایئر فورس کے افسر اور شہریوں کے وزارت دفاع کو لکھے گئے خطوط پر روشنی ڈالی۔ اس سے قبل نیوزی لینڈ کی حکومت نے بھی دسمبر 2010ء کو سینکڑوں ایسی تصاویر عام کیں جن میں اڑن طشتریاں دیکھنے کے بعد کا ذکر تھا۔ یہ دستاویزات معلومات تک رسائی کی آزادی کے قانون کے تحت ان ممالک کے نیشنل آرکائیو کے شائع کی گئیں، البتہ ان میں افراد کے نام اور ایسی دیگر معلومات ہٹا دی گئی جن سے کسی کی پہچان ممکن ہو سکے۔

امریکی حکومت نے بھی اگرچہ 1952ء کی دہائی میں طشتریوں کے دیکھے جانے کی اطلاعات کی تصدیق کی، لیکن پھر ایک کیٹی گوری بھی تشکیل دی تھی، جسے "ایئر وینکٹ بلاک" نامی ایک کمیٹی بھی تشکیل دی تھی، جس کا کام یہ تھا کہ نامعلوم وجہ کی بنا پر روزویل کے علاقے میں ہر بات نظر انداز کیا گیا۔ بلکہ ہر دعوے کو یہ جواب دیا کہ اس کی کوشش کی گئی کہ دکھائی دینے والی چیز حقیقت میں اڑن طشتریاں نہیں تھیں۔ سائنسدانوں نے کہا کہ یہ تو مصنوعی سیاروں کا زمین کی فضا میں آکر گرنے والا تھا اور راکٹ یا خلائی طیاروں کے چھوڑے جانے والے حصے تھے۔

امریکی حکومت اب تک روزویل میں ہونے والے

واقعہ کو "ہپ سیکرٹ" رکھے ہوئے ہے۔ آج بھی روزویل میں ہمیشہ معمہ بنے رہنے والے اس واقعے کی یاد میں ہر سال 2 جولائی کو ورلڈ یو ایف اوڈے منایا جاتا ہے، ہر سال اس واقعہ کو تازہ کیا جاتا ہے اور حکومت سے جواب طلبی کی جاتی ہے۔ یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ، کہ آخر حکومتیں ہمیشہ کائنات کی دوسری عاقل مخلوقات سے اپنے روابط کیوں پوشیدہ رکھنے کی کوشش کرتی ہیں؟ بعض لوگوں کا خیال ہے کہ حکومتیں ایسا اس لئے کرتی ہیں تاکہ عوام ان مخلوقات کی طرف سے کبھی جنگ یا دنیا پر قبضے کے اندیشے میں مبتلا نہ ہوں۔ اس حوالے سے عالمی شہرت یافتہ طبیعیات دان ڈاکٹر کارل ساگان Carl Sagan کی رائے کچھ مختلف ہے، وہ کہتے ہیں کہ "روزویل میں تباہ ہونے والی اڑن طشتری سے امریکہ نے جو ٹیکنالوجی حاصل کی، اس نے بعد میں امریکہ کی سائنسی اور صنعتی ترقی میں بہت اہم کردار ادا کیا، چنانچہ امریکی حکومت روزویل کی اڑن طشتری کا معاملہ اسلئے چھپا رہی ہے تاکہ دیگر ممالک بھی اس ٹیکنالوجی سے فائدہ اٹھانے کے حق کا مطالبہ نہ کر دیں اور تاکہ اس کی ہیبت برقرار رہ سکے۔ ڈاکٹر ساگان کی رائے واقعی منطقی معلوم ہوتی ہے۔ کیونکہ اگر روزویل کا واقعہ سچ ہے، تو پھر یہ بات بھی یقینی ہے کہ ایسی کسی بھی ترقی یافتہ اڑن طشتری کی ٹیکنالوجی کا حصول کسی بھی ملک کو ترقی کے ایک ایسے نئے مقام پر پہنچا دے گا جہاں کوئی بھی اس کا مقابلہ نہیں کر سکے گا، اور امریکہ ہمیشہ سے یہی چاہتا آیا ہے، یعنی برتری اور انفرادیت۔ حقائق بہر حال کچھ بھی ہوں، ایک بات یقینی ہے کہ نصف صدی پہلے امریکی ریاست نیو میکسیکو کے شہر "روزویل" میں ایک ایسا عجیب و غریب واقعہ ضرور پیش آیا تھا جس کی صدا آج تک گونج رہی ہے۔



ہوئے اور کچھ معمولی زخمی ہوئے ہیں۔

خبر رساں ایجنسی انٹرائیکس کی ایک رپورٹ میں بتایا

گیا ہے کہ

سڑکیں گاڑیاں ٹھکے لگیں

ایک ماہ کے دوران ہی شہر سمارہ میں

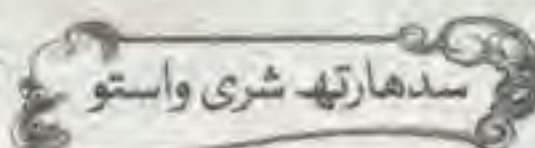
کی سڑکیں

روس کے ایک شہر

گاڑیوں کو ٹھکے لگی ہیں۔ دوران ڈرائیونگ کسی بھی وقت

زمین دھنسنے کے باعث بن جانے والے ان دیو قامت

گڑھوں (Sinkholes) میں دو درجن



کوئی بھی گاڑی اچانک سڑک پر بنے

والے بڑے گڑھے میں گر کر غائب

ہو جاتی ہے۔ ان واقعات سے شہریوں اور ڈرائیورز میں

سوا درجنوں افراد زخمی جبکہ ایک شخص ہلاک ہوا ہے۔

خوف و ہراس پھیل گیا۔

ان مقامیہ کی جانب سے کئی

متاثرہ علاقوں میں گاڑیاں

چالنے پر پابندی بھی عائد

کر دی گئی ہے۔

روسی جریدے "دوی

سپس" کے مطابق سمارہ

ایک ماہ میں اچانک گہرے گڑھے نمودار ہونے

کے سو واقعات میں دو درجن سے زائد گاڑیاں دفن۔

ایک شخص ہلاک درجنوں زخمی ہو گئے۔ شہریوں میں

خوف و ہراس۔ ڈرائیونگ پر پابندی لگادی گئی۔ ارضیاتی

ماہرین گڑھوں کا جائزہ لینے پہنچ گئے۔

ماہ کے دوران اچانک بننے والے گہرے گڑھوں کی تعداد

ہو سے زائد ہو چکی ہے اور اس کے نتیجے میں شہر بھر میں

کے ڈھمکنے تصدیق کی ہے کہ یہاں کے باشندے اور ڈرائیور

بہ عجب قسم کے خوف میں مبتلا ہیں کہ کہیں وہ گاڑی چلا تے



گاڑیاں چلانے والے ڈرائیور انتہائی پریشان

اور خوفزدہ ہیں۔

سے گاڑی سمیت اچانک زندہ درگور نہ ہو جائیں۔ ایک ماہ کے

مقامی مہرکوں کے دھنسنے کے سو سے زائد واقعات میں دو درجن

سندھ گاڑیاں زمین میں دفن ہو چکی ہیں۔ ان واقعات کے

نتیجے ایک شخص ہلاک اور ایک درجن افراد شدید زخمی

حیرت کدہ

انکشافات

کا ثبوت ملے گا یہ پہلا موقع ہے۔ اس سے رابطے کے حوالے سے انسانوں اور ڈولفنز میں دلچسپ یکسانیت کے بارے میں حقائق سامنے آئے ہیں۔ جنگلی ڈولفنز کی تقریباً نصف تعداد کی سیٹیاں دراصل ان کی منفرد پہچان ہوتی ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ یہ جانور صرف اسی صورت میں رد عمل دیتے ہیں جب وہ اپنی مخصوص سیٹی کی آواز دوسروں کے منہ سے سنتے ہیں۔۔۔۔۔ ایسی صورت میں یہ واپس اپنی مخصوص سیٹی کی آواز میں جواب دیتے ہیں اور بعض اوقات کئی مرتبہ جواب دیتے ہیں۔ اگر ہم کوئی اور سیٹی کی آواز پیدا کریں تو یہ اس پر اس طرح کا کوئی رد عمل نہیں دیتے۔

ریسرچرز کے مطابق ڈولفنز اپنی منفرد سیٹیوں کی تقریباً 50 فیصد آوازیں وہ نکالتی ہیں جو اپنے اور دوسروں کے نام پکارتی ہیں۔ لیکن ہمیں یہ نہیں معلوم کہ بقیہ 50 فیصد آوازیں کس مقصد کے لیے ہوتی ہیں۔ یہ باقی کی آدمی آوازیں نکالتی ہیں تو دراصل کیا باتیں کر رہی ہوتی ہیں۔ یہی دراصل ان کا ڈولفن کمیونیکیشن پر تحقیق کا اگلا قدم ہوگا۔

اسکاٹ لینڈ کی یونیورسٹی آف سینٹ اینڈریوز کے سی میملز ریسرچ یونٹ کے ویسٹ جینک نے خلیج سارامونا، فلوریڈا کی ڈولفنز پر تحقیق شروع کی جو نیشنل جیوگرافک نے بھی شائع کی۔

ریسرچرز نے ڈولفنز کے ایک گروپ کی آوازوں کو ریکارڈ کیا اور پھر ان کی ان مخصوص منفرد آوازوں کو یکے بعد دیگرے سنائے۔ سائنسدانوں نے اس طرح کی سیٹیوں کی آوازیں بھی بجا کر ڈولفنز کے رد عمل کا جائزہ لیا جو ان میملز کے لیے

نامعلوم تھیں اور جو کسی دوسری جگہ موجود ڈولفنز کی آوازیں تھیں۔ اس کے علاوہ ان کی اپنی آبادی میں موجود ڈولفنز کی سیٹیوں کی آوازوں کی ریکارڈنگ چلا کر رد عمل نوٹ کیا کہ جب ڈولفن اپنی ہی سیٹی کی آواز کی نقل سنتی ہے تو فوری طور پر جواب دیتی ہے، جبکہ دوسری کسی سیٹی کی آواز پر کوئی رد عمل سامنے نہیں آتا۔

اسکاٹ لینڈ کی یونیورسٹی آف سینٹ اینڈریوز کے سی میملز ریسرچ یونٹ کی اسٹیفنی کنگ کے مطابق، "جانوروں کی دنیا میں ایک دوسرے کو نام سے پکارنے

ڈولفنز ایک دوسرے کو نام سے پکارتی ہیں

امریکی سائنسی جریدے نیشنل اکیڈمی آف سائنسز میں شائع ہوئی تحقیق کے مطابق Bottlenose Dolphins نامی لٹا ناک والی ڈولفنز وہ واحد غیر انسانی میملز ہیں جو ایک دوسرے کو جب کرنے کے لیے ناموں کا استعمال کرتی ہیں اور ان کے ہر



نام کے لیے ایک خاص طرح کی منفرد سیٹی جیسی آواز مخصوص ہے۔ سائنسدان اس سے قبل 1991ء میں یہ بات معلوم کر چکے تھے کہ ہر ڈولفن اپنے زندگی کے ابتدائی سالوں میں ہی اپنی سیٹی کا منفرد انداز لینا سیکھتا ہے جو دراصل اس کی پہچان ہوتا ہے۔ اس کے بعد یہ اپنی اس پہچان کے بارے میں اپنی ساتھی ڈولفنز کو مطلع کرتی تھیں۔ ان باتوں میں سائنسدانوں کے اندازے تو تھے مگر اب تک اس بات کو تجرباتی طور پر ثابت نہیں کیا جا سکا تھا۔ 2006ء میں



سارہ کی شہری انتظامیہ کا اس حوالے سے کہنا ہے کہ وہ خود ایسے واقعات پر پریشانی کا شکار ہے کیونکہ ایک جانب شہری خوف و ہراس میں مبتلا ہیں تو دوسری جانب سڑکوں کی

جس پر روسی ماہرین ارضیات نے حیرت کا اظہار کیا ہے۔ ایک روسی جیولوجسٹ گرگوری مارکوف کا کہنا ہے کہ زمین کی گہرائی میں موجود پانی کی سطح بڑھی ہوئی ہے، شدید سردی میں جب اس علاقے میں سڑکوں سمیت ہر طرف برف جمی ہوئی تھی تو اندر موجود پانی بھی قدرے جما ہوا تھا لیکن گرمی کی آمد پر اندر موجود پانی نے مٹی بھر بھرا کر دیا ہے۔ زمین کے اوپر سڑکوں پر چلتے والے ٹرکوں اور گاڑیوں کے وزن کے باعث سڑک کے نیچے موجود پانی کے پتھر اور چٹنی مٹی جو بھر بھری ہوئی تھی باہر نکلنے لگی اور زمین پر بڑے بڑے ہول بن گئے ہیں۔

کئی روسی ماہرین ارضیات کا استدلال ہے کہ (Sinkholes) کے بننے کی ایک بڑی وجہ اس شہر کے اطراف کی جانے والی مانگ (سڑکوں کی کھدائی) ہے جس کے باعث زمین کے اندر پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور ارضیاتی تبدیلیاں وقوع پذیر ہوتی ہیں۔ روسی ماہرین کا کہنا ہے کہ یہ نیا شہر ہے اور اس میں تیزی سے آبادی بڑھ رہی ہے۔ لیکن وہ سمجھتے ہیں کہ لاکھوں سال میں ارضیاتی تبدیلیاں رونما ہوتی رہتی ہیں اور سارہ شہر کا یہ بھی یہی ہے کہ یہاں اس وقت ارضیاتی تبدیلیاں عمل جاری ہے۔

ٹوٹ پھوٹ سے لاکھوں روپے کا نقصان ہو رہا ہے۔ روسی جریدے وائس آف ریشیا کے مطابق روسی حکام نے بتایا ہے کہ اچانک نمودار ہونے والے ان گڑھوں کا سائز میٹرس سے دو سو فٹ تک ہے اور حیران کن بات یہ ہے کہ کہیں یہ گڑھے چٹائی زمین پر نمودار ہوئے ہیں تو کہیں ریتی زمین پر۔ ان گڑھوں کے باعث درختوں گاڑیوں کو جبری نقصان ہوا ہے۔ وائس آف ریشیا کا کہنا ہے کہ سارہ شہر میں ان حیرت انگیز گڑھوں کے نمودار ہونے کے بعد ماسکو سے ارضیاتی ماہرین کو سارہ بھیجا گیا ہے جو ان پر اسرار گڑھوں کا معائنہ کریں گے اور اسباب کا جائزہ لے کر اس کے سدباب کے لیے تجاویز بھی پیش کریں گے۔ مقامی میونسپل حکام نے سڑکوں پر سوسے زیادہ گڑھوں کی نشان دہی کی ہے اور اس بارے میں کہا جا رہا ہے کہ یہ پر اسرار گڑھے اچانک رونما ہوئے ہیں۔ شہری انتظامیہ نے ایک حکم نامے کے ذریعے ان تمام مقامات پر گاڑیاں چلانے پر پابندی عائد کر دی ہے کہ جہاں بڑے گہرے گڑھے بن گئے ہیں۔ روسی جریدے پر اودا کا کہنا ہے کہ دارالحکومت ماسکو سے جنوب مشرق میں واقع سارہ شہر میں بعض گڑھے اس قدر بڑے اور گہرے ہیں کہ ان میں بڑے سائز کے ٹرک گر چکے ہیں اور انہیں نکال نہیں جا سکا ہے کیونکہ یہ پچاس فٹ سے سو فٹ گہرائی میں پہنچ چکے ہیں۔





مصنوعی گوشت کا برگر

پہلی مرتبہ سائنسدان لیبارٹری میں تجربہ گاہ میں مصنوعی گوشت بنانے میں کامیاب ہوئے ہیں۔ ہالینڈ کے شہر ماسٹرشت کی یونیورسٹی میں سائنسدانوں کی ایک ٹیم نے لیبارٹری میں گائے کے گوشت کے اسٹم سیل کی افزائش سے برگر کی پٹی (patty) (یعنی قیمہ کے کباب) کو مکمل کیا۔ لیبارٹری برگر کی تکمیل پر ڈھائی لاکھ یورو کا خرچہ آیا ہے۔ برگر کی اس پٹی کا وزن 140 گرام تھا۔ اس گوشت کے نمونے کو دو فوڈ ایکسپرت نے چکھا بھی۔ لیبارٹری میں جس گوشت کے نمونے کو پراسس کیا گیا تھا وہ ایک زندہ گائے سے حاصل کیا گیا تھا۔ بیف یا گائے کے گوشت کی مصنوعی افزائش کے دوران گوشت جیسی رنگت حاصل کرنے کے لیے زعفران اور چندر کے جوس کا بھی استعمال کیا گیا۔

ایک زندہ گائے کے پٹھوں کے ریشے سے اسٹیم سیل حاصل کیا جاتا ہے، لیبارٹری میں ان سیلز کی نشوونما کی جاتی ہے اور تین ہفتے میں دس لاکھ اسٹیم سیل تیار ہو جاتے ہیں، پھر یہ سیل مل کر ریشے بنتے ہیں اور تقریباً 20 ہزار ریشے ملا کر 140 گرام کا مصنوعی گوشت کا ٹکڑا بنایا جاسکتا ہے جو ایک برگر بنانے کے لیے کافی ہے۔



والدین اکثر اپنے چیلے بچوں کو اپنا فون کھینچنے کے لیے دیتے ہیں، جن کی انگلیوں کی کارستانیوں کی وجہ سے وہ اپنے قیمتی موبائل فون سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ تاہم، ایسے ہی والدین کو ذہن میں رکھ کر سام سنگ کمپنی نے ایس فور ایکٹیو نامی نیا موبائل فون خاص طور پر ڈیزائن کیا گیا ہے جو نہ صرف واٹر پروف اور ڈسٹ پروف ہے بلکہ اسے چائلڈ پروف بھی کہا جاسکتا ہے۔ نیا اینڈ سیٹ اس طرح ڈیزائن کیا گیا ہے کہ اسے پانی میں 30 منٹ سے زیادہ دیر رہنے پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے جبکہ اس کا واٹر پروف کیمرو کی کارکردگی پر بھی کوئی فرق نہیں پڑے گا۔ یہ ناسرف و سول اور مٹی میں گرنے پر محفوظ رہے گا بلکہ اس کی ایس سی ڈی اسکرین کو دستانے پہن کر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ لیکن فون کی اضافی خوبیوں سے فائدہ اٹھانے کے لیے صارفین کو اس کی یو ایس بی USB خانے کو مکمل طور پر بند رکھنا ہو گا۔

اب آپ اپنے فون کو اپنے گھر کی چابی کے طور پر بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اسٹ نامی کمپنی کے نئے اسمارٹ لاک کے ذریعے آپ گھر کے دروازے کو اسمارٹ فون اور بلوٹوتھ کی ایپلی کیشن کے ذریعے کھول سکتے ہیں، یہی نہیں اس لاک کا جزوقتی کوڈ آپ اپنے رشتہ داروں، دوستوں اور مہمانوں کو بھی دے سکتے ہیں جو آپ کی مرضی کے وقت تک قابل عمل رہے گا۔ یہ لاک آپ کو فون پر آتے جانے والوں سے آگاہ بھی کرتا رہے گا۔

یعنی طور پر خوراک کی دنیا میں انقلاب پیش ٹیمہ ثابت ہو گا۔ لیبارٹری برگر کے استعمال سے یقینی طور پر موشیوں کی کڑواہٹ سے جو ماحول پر منفی اثرات مرتب رہے ہیں، ان میں بھی کمی واقع ہوگی۔ مصنوعی گوشت یقینی طور پر محفوظ ہے اور اس کے منفی اثرات بالکل نہیں ہیں۔ یہ ٹیکنالوجی ابھی ابتدائی مرحلے میں ہے اور اس کو کمرشل کرنے میں تیس برس کا عرصہ درکار ہے۔

کیلر سے بچاؤ، تربوز سے

تربوز گرمیوں کے موسم میں پیاس بجھانے کیلئے نہ صرف ایک بہترین اور مزیدار پھل ہے بلکہ تربوز میں وٹامن کی وافر مقدار پائی جاتی ہے جو صحت کیلئے انتہائی مفید ہے۔ تربوز میں پوٹاشیم زیادہ مقدار میں پایا جاتا ہے جو بلڈ پریشر کو برقرار رکھتا ہے اور دل کی دھڑکن کو معمول پر لانے کے ساتھ ساتھ لو کٹنے سے بھی بچاتا ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق پوٹاشیم جو کہ تربوز میں وافر مقدار میں پائی جاتی ہے، گردے میں پتھری بننے کے شعلات کو بھی ختم کرتی ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق بالغ افراد کو روزانہ 4700 ملی گرام پوٹاشیم کی ضرورت ہوتی ہے نئی تحقیق میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ تربوز کا استعمال کینسر کے مرض سے بچاؤ میں بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔

میلیریا سے بچاؤ کی ویکسین تیار کی ویکسین تیار کرنے والے سائنسدانوں نے اپنے تجربات کے کچھ نتائج شائع کیے ہیں۔ یہ نتائج انتہائی حوصلہ افزا ہیں اور اس کی کامیابی کا تناسب بہت زیادہ ہے۔ امریکی ریاست میری لینڈ کی ایک بائیو ٹیک لیبارٹری میں سائنسدان

میلیریا سے بچاؤ کی ویکسین تیار

میلیریا سے بچاؤ کی ویکسین تیار کرنے والے سائنسدانوں نے اپنے تجربات کے کچھ نتائج شائع کیے ہیں۔ یہ نتائج انتہائی حوصلہ افزا ہیں اور اس کی کامیابی کا تناسب بہت زیادہ ہے۔ امریکی ریاست میری لینڈ کی ایک بائیو ٹیک لیبارٹری میں سائنسدان

میلیریا سے بچاؤ کی ویکسین تیار کرنے والے سائنسدانوں نے اپنے تجربات کے کچھ نتائج شائع کیے ہیں۔ یہ نتائج انتہائی حوصلہ افزا ہیں اور اس کی کامیابی کا تناسب بہت زیادہ ہے۔ امریکی ریاست میری لینڈ کی ایک بائیو ٹیک لیبارٹری میں سائنسدان

خصوصیات رکھتا ہے اس بارے میں مزید تحقیقات جاری ہیں۔

دو کیلے روزانہ، ہائی بلڈ پریشر سے بچاؤ ممکن

حال ہی میں بھارتی کستور ہاسپتال کالج میں کی گئی مطالعاتی اور تجرباتی تحقیق سے

ماہرین نے اخذ کیا کہ دو کیلے روزانہ کھانے سے بلڈ پریشر میں اسی طرح نصف حد تک کمی ہو سکتی ہے جس طرح بلڈ پریشر ادویات کھانے سے ہوتی ہے۔ میڈیکل کالج کی اس تحقیق میں رضا کاروں کی ایک ٹیم نے حصہ لیا اور دو کیلے روزانہ ایک ہفتہ تک کھانے والوں کے بلڈ پریشر میں دس فیصد کمی دیکھنے میں آئی۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ یہ بات پہلے ہی جان ہاکن یونیورسٹی کی تحقیق میں ثابت ہو چکی ہے کہ پوٹاشیم بلڈ پریشر میں کمی کا باعث بنتا ہے جبکہ بلڈ پریشر کی ادویات انجیو ٹینس کنورٹنگ انزائم (اے سی ای) کے اس عمل کے خلاف مزاحمت پیدا کرتے ہیں جس سے انجیو ٹینسٹو پیدا ہوتا ہے جو کہ خون کی نالیوں کو سکڑ کر ان میں بلڈ پریشر پیدا کرتا ہے۔ تحقیق کرنے والی ٹیم کے مطابق کیلے کی تمام 6 اقسام میں اے سی ای کے خلاف مزاحمت والی خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

پھجروں کو برقی شعلوں سے گزار کر ان طفیلیوں یا پیراسائٹس کو کمزور کرتے ہیں جس سے طیر یا پھیلتا ہے۔ سائنسدان پھر ان کمزور طفیلیوں کو انسانوں کے جسم میں داخل کرتے ہیں تاکہ انسان کا قوت مدافعت کا نظام حرکت میں آئے اور مضبوط ہو۔

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ جتنے بھی رضاکاروں پر تجربہ کیا گیا ان میں سے اسی فیصد میں طیریا کے خلاف قوت مدافعت پیدا ہو گئی۔ البتہ سائنسدانوں کی ٹیم سربراہ نے کہا ہے کہ ابھی تک ہونے والے ٹرائل انتہائی محدود پیمانے کے ہیں اور اس ویکسین کا بڑھانے پیمانے پر ٹرائل کرنے کی ضرورت ہے۔

لہسن کھائیں اور پھیپڑوں کے کیلر سے دور رہیں

ایک تحقیق کے مطابق ہفتے میں ایک دن کچا لہسن نگٹے والوں میں پھیپڑوں کے کینسر کا خطرہ 44 فیصد کم ریکارڈ کیا گیا ہے۔ لہسن جسم میں اینٹی آکسیڈنٹ کا فریضہ ادا کرتا ہے، طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ لہسن خاص کر سگریٹ کا استعمال کرنے والے یا پھر سگریٹ کے دھوئیں سے متاثر ہونے والوں میں بھی پھیپڑوں کے کینسر کے خطرے کو 30 فیصد تک کم کرتا ہے۔ تاہم پکا ہوا لہسن بھی

لہسن بھی

ملیے!۔۔۔ مستقبل کے اسمارٹ فون سے

دنیا بہت تیزی سے بدل رہی ہے۔ ہماری روزمرہ زندگیوں میں جتنی تبدیلی پہلے سو سال میں آتی تھی اب وہ محض دو سال میں آ جاتی ہے، ترقی یافتہ ملکوں میں ڈیک ٹاپ کمپیوٹر اب اپنی زندگی کی آخری سانس لے رہا ہے۔ ایکٹر وکس اسٹورز میں اب ڈیک ٹاپ کمپیوٹر خال خال ہی دکھائے دیے ہیں، کیونکہ ان کی جگہ اب ٹیبلٹس اور اسمارٹ فونز لے چکے ہیں۔ دیکھنے میں کہیں زیادہ جاذبِ نظر، وزن میں کم اور کارکردگی میں کمپیوٹر سے کہیں زیادہ بہتر، طاقتور ڈیٹل کورمانیکر پرو سیسر، زیادہ چلنے والی بیٹری، 64 جی بی تک کی میموری کی گنجائش اور 16 میگا پکسلز کے ایچ ڈی ویڈیو کیمرے، اس کے علاوہ وائے فائے انٹرنیٹ اور جی فور کی سہولت سے اچھے اور معیاری کمپیوٹر جیسی انٹرنیٹ کارکردگی، جدید جی پی ایس سے آپ راستوں کیلئے رہنمائی، ٹریک اور موسم کی تازہ ترین صورت حال سے آگاہی اور لائیو ٹی وی چینلز تک رسائی....

نئے اسمارٹ موبائل فونز صرف فون ہی نہیں، بلکہ بیک وقت ایک طاقتور مینی کمپیوٹر، معیاری اسٹیل اینڈ ویڈیو کیمرہ، ڈیجیٹل بک ریڈر، اسمارٹ گلاک، ٹیکسٹر اور ٹی وی بھی ہے۔ گویا ایک فون میں کئی ڈیجیٹل آلات کی خصوصیات کو یکجا کر دیا گیا ہے۔

مستقبل میں اسمارٹ فون میں کیا کیا سہولتیں ہوں گی آئیے دیکھتے ہیں۔

پہلی جسامت اور اچھا اسکرین: پہلے ہم اینٹ کی طرح جو کور موبائل استعمال کرتے تھے اب موبائل فون کی جسامت میں کمی آتی جا رہی ہے اور جلد ہی ایسے موبائل سیٹ منظر عام پر آئیں گے جنہیں کاغذ کی طرح موڑ توڑ کر استعمال کیا جاسکے گا۔ موبائل فون کو گرنے اور ٹوٹنے سے محفوظ رکھنے کے لیے موبائل کمپنیاں ایسے ٹھیکہ دار ٹیکنالوجی پر کام کر رہی ہیں کہ موبائل فون پر ہتھوڑے بھی برسائے جائیں تو اسے کچھ نقصان نہ پہنچے۔

پیکو پرو جیکو: جیسے جیسے موبائل چھوٹے ہوتے جا رہے ہیں موبائل کے ٹچ کی پیڈ کے استعمال میں مشکلات آ رہی ہیں ساتھ ہی چھوڑی اسکرین پر ویڈیو دیکھنا بھی مشکل ہو گیا ہے، اس کا حل CTX ٹیکنالوجی کا لیزر پرو جیکٹر ہے جو تا صرف ویڈیو بلکہ کی بورڈ کو بھی پرو جیکٹر کے ذریعے نشر کرے گا اور اسے ایک کمپیوٹر کی بورڈ کی طرح چلایا جاسکے گا۔

بورٹ سے منسلک: اب اسمارٹ فون صرف نہیں رہے گا یہ آپ کے استعمال کی ہر شے منسلک ہوگا، امید ہے کہ مستقبل میں ٹی وی، واشنگ مشین اور فرج وغیرہ میں بھی کمپیوٹر پرو سیسرز نصب ہوں گے جو آپ کے موبائل پر آگاہ کرتے رہیں گے مثال کے طور پر کیسا ہو گا جب ریفریجریٹر آپ کو اسمارٹ فون پر آگاہ کرے گا کہ دودھ ختم ہو گیا ہے۔

معاشرہ

بچوں کا گھر سے

باہر کھیلنا ضروری ہے

میک ٹائم ٹو پلے نامی ایک برطانوی تنظیم، جو بچوں کو کھیلوں کی جانب متوجہ کرنے کی مہم چلا رہی ہے، کے مطابق موجودہ دور میں والدین کا خوف اس قدر

بڑھ گیا ہے کہ بچوں کو باہر کی کھلی فضا میں بھاگ دوڑ اور اچھل کود والی مشقوں سے دور کر دیا ہے۔ مصروف مڑکیں، معلوم کی گئی، جن کے بچوں کی عمریں 15 برس سے کم تھیں۔ 63 فیصد والدین کی رائے میں بچوں کا گھر سے باہر جا کر کھیلنا زیادہ خطرناک ہے، 57 فیصد والدین کے نزدیک تیز رفتار ٹریفک جبکہ



انفر ایڈڈ کمیونٹی: مستقبل کے موبائل فون کے کیمرے محض زیادہ میگا پکسلز پر ہی انحصار نہیں کریں گے، بلکہ انفر ایڈ سہولت بھی رکھتے ہوں گے، یہی نہیں آپ کو ٹرین کے ٹائم ٹیبل کی ضرورت ہے تو ریلوے اسٹیشن یا صرف آپ کو موبائل پر ٹائم ٹیبل فراہم کرے گا بلکہ اس وقت کی ویڈیو صورت حال بھی آپ کے کیمرے پر نشر کی جائے گی۔

چہرے کی شناخت: اب پاس ورڈ یا پین کوڈ یہاں تک کہ لاک بٹن پر پریس کرنے کی ضرورت نہیں، نئے اسمارٹ فونز صرف آپ کے چہرے کی شناخت کر کے فون انلاک کر دیں گے۔

اسمارٹ گیمنگ: مستقبل کے موبائل میں گیمز اس طرح ہوں گے کہ آپ کہیں بھی بیٹھ کر گالاؤڈ کمپیوٹنگ اور GPS کا استعمال کرتے ہوئے اپنے کسی بھی دوست کو گیم کھیلتے دیکھ سکیں گے۔ یہی نہیں اس کے ساتھ شامل بھی ہو سکیں گے۔

کلاؤڈ کمپیوٹنگ: کلاؤڈ کمپیوٹنگ سے آپ کو لامحدود میموری پر ڈیٹا محفوظ کرنے کی صلاحیت میسر ہوگی اب ڈیٹا، ٹیکسٹ، شیٹ اور ویڈیو کو موبائل پر محفوظ کرنا لازمی نہیں بلکہ یہ سب کچھ کلاؤڈ پر محفوظ کیا جاسکتا ہے اور اس سے رفتار میں بھی کوئی فرق نہیں پڑتا۔

ایکس وائرس: ماہرین کی کوشش ہے کہ اسمارٹ فونز کو وائرس سے دور بنی رکھا جائے اور اس مناسبت سے اپیل کے فون ڈیٹا محفوظ ہیں لیکن اینڈروئڈ سسٹم ابھی ان خطرات سے محفوظ نہیں ہے، کیونکہ عموماً لوگ گیمز اور سافٹ ویئر ایسی سائٹس سے ڈاؤن لوڈ کرتے ہیں جن میں وائرس کے خطرات ہوتے ہیں۔

حلیلہ العمویہ: نارتھ ویسٹرن یونیورسٹی، ایلی ٹوائے کے کیمیکل انجینئر نے ایسی لیتھیم بیٹریاں تیار کی ہیں جو چند رو

منٹ میں چارج ہو کر ہفت بھر سے زیادہ چلیں گی۔ یہ بیٹریاں آئندہ تین سال کے اندر اسمارٹ فونز میں دستیاب ہوں گی۔

کولوس کارڈز نہیں: ایک سم ریڈر موبائل میں بہت جگہ لیتا ہے، چنانچہ موبائل کی جسامت باریک کرنے کے لیے اپیل

کولوس کارڈز نہیں: ایک سم ریڈر موبائل میں بہت جگہ لیتا ہے، چنانچہ موبائل کی جسامت باریک کرنے کے لیے اپیل

این ایف سی کا اشتراک شاید موبائل میٹرونگ کے قیام کے لیے استعمال کیے جائیں۔

این ایف سی: نیئر فیلڈ کمیونیکیشن (این ایف سی) ایسا سسٹم ہے جس سے آپ نزدیکی این ایف سی آلات سے بلوٹوتھ کے

ذریعے خود کار طریقے سے رابطے میں رہ سکتے ہیں، مثال کے طور پر اس سے قبل کہ آپ لندن کی ٹیوب ٹرین پر راکٹ مشین

پر سوار ہوں، آپ کا اسمارٹ فون اس سے پہلے ہی رابطہ کر کے آپ ٹائلٹ انشور کچا ہو گا اور اس کے بل کی ادائیگی بھی۔

55 فیصد والدین کی نظر میں انجان

لوگوں کا خوف اور 39 فیصد والدین کو

بچوں پر انٹرنٹ رکھ سکنا اور 19 فیصد

والدین اسے وقت ضائع کرنا سمجھتے ہیں۔

بچوں کا کہنا ہے کہ والدین کو سمجھنا

ہو گا کہ ہر روز پھل اور سبزیاں کھانے کی

طرح بچوں کی جسمانی مشقت اور اچھل

کود بھی ان کی نشوونما کے لیے اتنی ہی

مفید ہے۔ والدین اپنے بچے کی بھلائی

کے لیے ہی سوچتے ہیں لیکن، کچھ وقت

بچے کو اپنے دوستوں کے ہمراہ روزانہ گھر

سے باہر بھیجنا بچوں میں بہت سی مثبت

تبدیلیاں پیدا کر سکتا ہے، نئے نئے

دوست بنانے اور ارد گرد کی دنیا کے

بارے میں جاننے سے اس کے اندر

خود اعتمادی پیدا ہوگی۔

حیرت انگیز

ایک لاکھ افراد یہ دنیا چھوڑنے کیلئے تیار

دنیا کے غموں یا گہما گہما سے تنگ ایک لاکھ سے زائد افراد نے دنیا چھوڑ دینے کی خواہش کا اظہار کر دیا۔ گھبرائے نہیں یہ لوگ خودکشی نہیں بلکہ ہمیشہ کے لیے اس زمین کو چھوڑ کر ہمارے پروردگار سے مرتبہ پر جا کر رہ جانے کے خواہشمند ہیں۔ ہالینڈ کی کمپنی کی جانب سے 2022ء میں مرتبہ پر انسانی

بستی بسانے کے منصوبہ سازوں میں مشن کے لیے دو تھانوں کو درخواستیں دینے کے لیے کہا گیا تھا۔ جس کے لیے کمپنی نے شرائط کے مطابق 18 سال سے اوپر عمر والی بھی شخصیات درخواست دے سکتا ہے۔ کمپنی کے ترجمان کے مطابق اب تک ایک لاکھ سے زائد درخواستیں موصول ہو چکی ہیں۔ ان میں سے سب سے زیادہ درخواستیں افراد کا انتخاب کیا جائے گا، جن میں سے صرف دو سو افراد کو 2022ء کو مرتبہ پر بھیجا جائے گا، جو سات ماہ بعد اس سیارے پر پہنچیں گے، ان میں سے کوئی بھی مسافر زمین پر

واپس نہیں آئے گا۔ اسی طرح دو سو افراد کو 2024ء کو بھیجا جائے گا۔ وہ کمپنی کے مطابق پہلے مشن پر 16 ارب ڈالر کے اخراجات اٹھائیں گے۔ اس مشن کے متعلق مزید معلومات ویب سائٹ www.mars-one.com پر ملاحظہ کی جاسکتی ہے۔



ماحول

موسمیاتی تغیر اور آبی حیات کو درپیش خطرات

ہماری زمین کے موسمیاتی تغیر سے سمندروں میں رہنے والی مخلوق پر کیا گزر رہی ہے؟ اس حوالے سے تحقیق دانوں کی جانب سے تین سال کے مشاہدے پر مبنی ایک رپورٹ نیچر کلائمیٹ چینج میں شائع کی گئی ہے۔ اس رپورٹ سے شہلک ماہرین اور تحقیق دانوں کا کہنا ہے

کہ ان کی اس رپورٹ سے واضح ہو جاتا ہے کہ سمندر کی آبی حیات، سمندروں میں موسمیاتی تغیر اور بڑھتی تیش کی وجہ سے ہونے والی تبدیلیوں کے باعث اپنی زندگی کے انداز و اطوار بدلنے پر مجبور ہو گئی ہے۔ سائنسدانوں کے مطابق آبی مخلوق، سمندر کے گرم پانی سے نکلنے والی قطبی سمندروں کی طرف ایک عشرے میں 72 کلو میٹر کی رفتار سے کوچ کر رہے ہیں۔ اس کے برعکس زمین پر رہنے والے جانداروں میں

یہ شرح ایک عشرے میں 6 کلو میٹر نوٹ کی گئی ہے۔ اس تحقیق کی

سربراہی کرتے والی قائمہ العوام پولو سینسٹکس کا کہنا ہے کہ سمندی اور بھار کے موسم میں سمندر اور زمین دونوں پر ہی درجہ حرارت میں تیزی سے اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ ان کے مطابق اس رجحان سے سمندروں میں رہنے والی آبی مخلوق، ان کی افزائش نسل اور نقل مکانی کے انداز پر فرق پڑ رہا ہے۔

ڈاکٹر ایلیو پولو سینسٹکس نے یہ بھی واضح کیا کہ زمین پر انسانی سرگرمیوں اور فضاء میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کے اخراج کی وجہ سے سمندر میں بھی تبدیلیاں آ رہی ہیں جو بڑے پیمانے پر آبی مخلوق کو متاثر کر سکتی ہیں۔



ڈاکٹر جمیل صدیقی

ان صفحات پر آپ بھی سائنسی حقائق کے بارے میں دریافت کر سکتے ہیں۔ سوال مختصر اور واضح الفاظ میں تحریر کریں اور اس پتہ پر ارسال کر دیں۔

سائنس کارنر Q&A معرفت روحانی ڈائجسٹ D.1/7-1 ناظم آباد، کراچی

(بھروسہ میں استعمال ہونے والا ایئر کنڈیشنر (A.C) کس طرح ہوا ٹھنڈی کرتا ہے....؟

(محمد راحیل - کراچی)



سائنس کا ایک بنیادی اصول یعنی جب کوئی مائع گیس کی شکل اختیار کرتا ہے تو وہ اپنے گرد و نواح سے حرارت جذب کرتا ہے۔ اس شکل کو بدلنے کو (Phase Conversion) کہتے ہیں۔ اس سے بھی یاد کیا جاتا ہے، ایک گھریلو فریج اور ایئر کنڈیشنر ان ہی اصول کار فرما ہے۔

فریج یا ایئر کنڈیشنر کے اہم حصوں میں کمپریسر (Compressor) کنڈنسر (Condenser) کیپیلری (Capillary) اور ایواپریٹر (Evaporator) شامل ہوتے ہیں۔ ایک قسم کی گیس جس کو Refrigerant کہا جاتا ہے وہ ایک واسطے (Medium) کا کردار ادا کرتی ہے اس سے حرارت نکال جاتی ہے۔

A.C کے کام کرنے کی تفصیل کچھ اس طرح ہے کہ کمپریسر گیس کو دباؤ سے کر مائع میں تبدیل کرتا ہے، یہ مائع گرم ہوتا ہے جس کو Condenser کے کوائلز (Coils) سے گزارا جاتا ہے، جس سے یہ مائع اپنی حرارت ہوا کو دے کر قدرے ٹھنڈا ہو جاتا ہے۔

یہ مائع ایک تنگ نالی (Capillary) سے گزرتا ہوا Phase Conversion کے تحت گیس کی شکل میں تبدیل ہوتا ہے اور اپنے گرد و نواح (جس میں Evaporator ہوتا ہے) حرارت جذب کرتا ہے اور یہ Evaporator جو کہ کوائلز کی شکل میں ہوتا ہے ٹھنڈا ہو جاتا ہے یہ گیس پھر کمپریسر کی جانب جا کر اس چکر کو

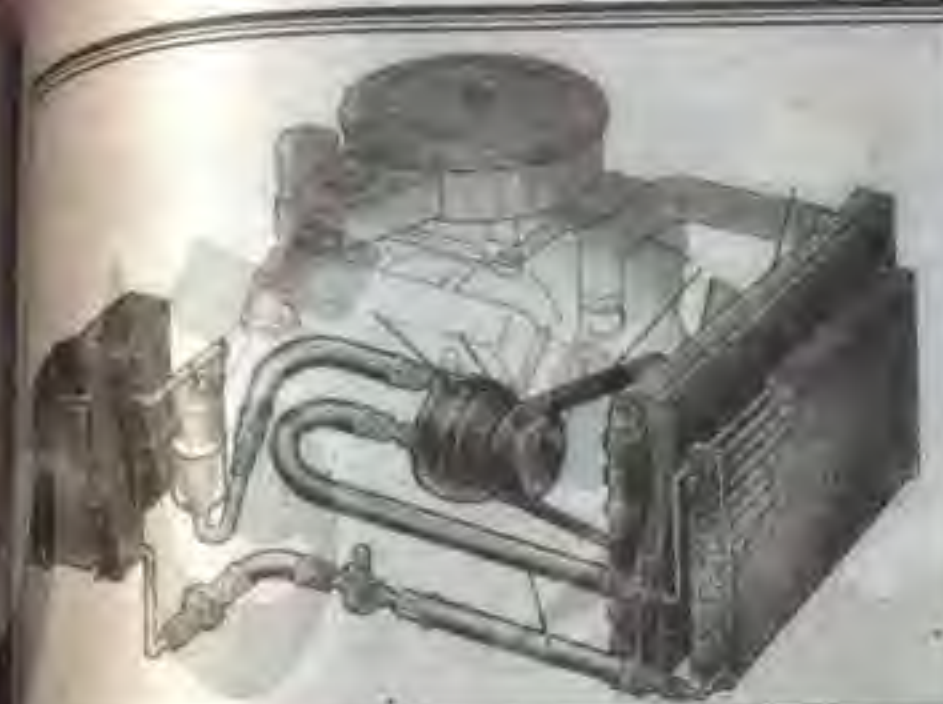
صحت معالجہ کی



انسان اور بیماری کا تعلق اتنا ہی پرانا ہے جتنی انسانی تاریخ۔ انسانیت روز بروز آخرت میں سے اپنی بھائی جنگ کر رہی ہے، اس نعرے میں بیماریوں سے نبرد آزما انسان نے کتنے ہی ایسے طریقوں تک رسائی حاصل کرنے کی کوشش کی جن سے شفا حاصل ہو سکتی تھی، انسانی ارتقاء کے اس سفر میں تکالیف اور بیماریوں سے بچنے کے لیے نئے طریقہ علاج تلاش کیے گئے ہیں اور اب جدید دور میں جہاں نئی بیماریاں ظاہر ہو رہی ہیں وہیں جدید طریقہ علاج بھی موجود ہیں مگر انیسویں صدی میں جبکہ سائنس و ٹیکنالوجی نے بہت سی انسانی بیماریوں پر قابو پایا ہے بعض اوقات ایسے عوامل سے بھی واسطہ پڑتا ہے جن سے چھکارہ پانا ممکن نظر نہیں آتا۔

ایک طرف اگر ایڈز، کیسر، وائیٹنگی وائرس اور سوائن فلو کے بخار اور دیگر پیچیدہ جسمانی بیماریوں نے انسانی زندگی کو مات دینی شروع کر دی ہے، دوسری طرف ڈپریشن، اسٹریس، فوبیا، آئزم، شیئر و فریڈ، الزائمر جیسی ذہنی بیماریوں کے آگے جدید ٹیکنالوجی بھی بے بس نظر آتی ہے۔ ایسے نئے نئے ایسے متبادل طریقہ علاج سامنے آئے جن کے ذریعے کئی بیماریوں سے بچنا جاسکتا ہے۔ اگر جدید میڈیکل سائنس کے لئے کسی بیماری پر قابو پانا مشکل ہے تو اور بھی بہت سے طریقہ علاج موجود ہیں جن کے باعث انسان اپنی کھوئی ہوئی صحت و تندرستی کو دوبارہ حاصل کر سکتا ہے۔ ان میں کئی طریقہ کار ایسے بھی ہیں جن کے پیچھے کوئی سائنسی یا عقلی دلیل بظاہر نظر نہیں آتی، جن کی تصویری کو حتمی طور پر پیش نہیں کیا جاسکتا مگر ان کے اندر کوئی ایسے ماورائی مظاہر موجود ہوتے ہیں جن کے باعث کئی لاعلاج امراض میں مبتلا لوگ تندرست ہو جاتے ہیں۔

آج دنیا بھر میں علاج معالجہ کے ضمن میں ہزاروں ایسے مختلف متبادل طریقہ علاج موجود ہیں جن میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، متناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج کیا جاتا ہے، اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو پنچر، ایکوپنچر، ریفلیکسولوجی، پیسو تھراپی، شیا تسو، ویکٹرینڈ، کینک، آئیروید، فینگ شوئی، ہائی ہپی، آئریڈولوجی، کائناتولوجی، کی کوئنگ غرض کہ ایک طویل فہرست ہے، جن کی اہمیت، افادیت اور شفا یاب خصوصیات کو جھٹلایا نہیں جاسکتا ہے۔ قارئین کی دلچسپی کے لیے روحانی ڈائجسٹ کے ان صفحات پر دنیا کے معروف متبادل طریقہ علاج پر معائنات کا سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے۔



دوبارہ شروع کرتی ہے۔
فریج میں Evaporator کوائلز کے گرد یا اندر دھاتی ڈبہ ہوتا ہے جہاں اشیاء رکھ کر ٹھنڈی کی جاتی ہیں، جبکہ A.C میں ان کوائلز کے اوپر سے چمکے (Blower) کی مدد سے ہوا پھینکی جاتی ہے جو کہ ان ٹھنڈی کوائلز سے حرارت کی منتقلی کے باعث ٹھنڈی ہو کر باہر نکلتی ہے۔

A.C کا کنڈنسر (Condenser) کمرے کے باہر ہوتا ہے تاکہ گرمی کمرے سے باہر ہی رہے۔ یاد رہے کہ اندر کی جانب Evaporator یونٹ ہوتا ہے۔
Q: ہر گرم چیز تھوڑی دیر بعد ٹھنڈی کیوں اور کیسے ہو جاتی ہے اور ہر ٹھنڈی چیز تھوڑی دیر بعد نارمل کیوں اور کیسے ہو جاتی ہے....؟

A: علم طبیعیات میں کسی چیز کا گرم یا ٹھنڈا ہونا اس چیز کے عمومی درجہ حرارت کی وجہ سے ہوتا ہے اور یہ ایک نسبتی تعلق ہوتا ہے۔

مثلاً انسان کا عمومی درجہ حرارت سینتیس درجے سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔
ہر وہ چیز جس کا درجہ حرارت سینتیس سینٹی گریڈ سے کم ہو گا وہ انسان کے چھونے پر ٹھنڈی محسوس ہوگی اور ایسی چیز جس کا درجہ حرارت سینتیس درجے سینٹی گریڈ سے زیادہ ہو گا وہ گرم محسوس ہوگی۔

کوئی دو اشیاء اگر دو مختلف درجہ حرارت رکھتی ہوں تو زیادہ درجہ حرارت رکھنے والی چیز سے حرارت کم درجہ حرارت والی چیز کی طرف منتقل ہونا شروع ہو جائے گی تاوقتیکہ دونوں کا درجہ حرارت ایک نہ ہو جائے۔

سائنسی اصول کے تحت حرارت کا بہاؤ دو اشیاء کے مابین ان کے درجہ حرارت میں فرق کے براہ راست متناسب ہوتا ہے۔ اگر فرق زیادہ ہے تو حرارت کا بہاؤ زیادہ اور اگر فرق کم ہے تو حرارت کا بہاؤ کم رفتار سے ہوگا۔ پس کوئی بھی گرم چیز رکھے رکھے اس کی حرارت گرد و پیش کی ہوا کو منتقل ہو جائے گی بشرطیکہ ہوا کا درجہ حرارت کم ہو۔ اسی طرح ٹھنڈی چیز گرد و پیش کی ہوا سے حرارت جذب کر کے گرم ہو جائے گی اگر ہوا کا درجہ حرارت چیز کے درجہ حرارت سے زیادہ ہوگا۔

مینڈک آسن (Frog Posture)

طریقہ: دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو زمین پر تر تھیں صورت میں رکھیں کہ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں کھلی ہوئی ہوں۔ دونوں پنجوں پر اس طرح بیٹھیں کہ دونوں ایڑھیاں اوپر کی جانب اٹھی ہوئی اور گولہوں سے ملی ہوئی رہیں۔ جبکہ گھٹنے دائیں اور بائیں دونوں جانب اٹھے ہوئے ہوں۔ ہتھیلیوں سے کندھوں تک کہنیاں بالکل سیدھی اور اندر کی جانب رہیں چہرے اور سینے کو سامنے کی جانب

یوگا

سے جسم کو اوپر اٹھاتے ہوئے اور پیروں کو دوبارہ ہوا میں اچھال کر پہلی والی ابتدائی حالت میں لے آئیں۔ ابتدائی سے آخری اور آخری سے ابتدائی حالت میں آنے پر ایک کی گنتی ہوتی ہے۔ بالکل اسی طرح درج بالا طریقے پر عمل کرتے ہوئے دس تک گنتی پوری کریں۔ نیز دوران ورزش کسی قسم کے قیام یا وقفے کی ضرورت نہیں۔ دس تک گنتی کا ایک سیٹ مکمل کرنے کے بعد سیدھے زمین پر لیٹ کر لیجے اور گہرے سانس تاکہ س



اٹھا کر رکھیں یہ حالت اس ورزش کی ابتدائی حالت ہے۔

اب دونوں ہاتھوں پر زور دیتے ہوئے پیروں کو ہوا میں اچھال کر پیچھے کی سمت اس طرح لے

جائیں کہ دونوں پیر آپس میں ملے ہوئے ہوں۔ ساتھ ہی سینے کو تھوڑا سا نیچے رخ کر کے بازوؤں پر جسم کو توازن کریں۔ جبکہ چہرہ بدستور سامنے کی جانب ہی ہو۔ یہ حالت اس ورزش کی آخری حالت ہے۔ اس طرح آخری حالت

کل تین سیٹ مکمل کریں۔
فوائد: یہ مشق قبض کو دور کر کے نظام ہاضمہ کو درست رکھتی ہے۔ گیس کی تمام شکایات سے نجات ملتی ہے جو کہ ہزار ہا بیمار یوں کی جڑ ہے۔ اس ورزش کے کرنے سے

یوگا کا تعلق زمانہ قدیم کے مشرق سے ہے، جہاں یوگا کو ایک عبادت جیسا درجہ حاصل تھا، مگر گزشتہ برسوں میں ہونے والی سائنسی تحقیق سے یہ معلوم ہوا ہے کہ جسمانی اور نفسیاتی ورزش کا یہ طریقہ انسانی صحت پر بھی خوشگوار اثرات مرتب کرتا ہے۔ یوگا سے انسانی جسم کا پورا مینا بولزم متحرک ہو جاتا ہے اور بیماریوں کے خلاف دفاع کرنے والا نظام مضبوط ہو جاتا ہے۔ دنیا بھر میں وزن کی کمی سے لے کر بلڈ پریشر، سانس کی تکلیف، ڈپریشن، مختلف جوڑوں کے دردوں اور کھچاؤ کی کیفیتوں سے نجات کے لیے یوگا کی مشقوں کی افادیت تسلیم کی گئی ہے۔

یوں رہتی ہے اور جسم میں غذا کو جذب کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔ پیٹ اور کمر کے پھلوؤں کے درد کم ہو جاتی ہے۔ پیٹ کم اور سینے کے دھڑکنے نہایت مضبوط اور چمکدار ہو جاتے ہیں اس کے علاوہ اسے خوبصورت نظر آتی ہے۔ جبکہ سینہ چوڑا، کمر مضبوط ہو جاتا ہے۔ نیز پائٹل گینڈز اور ایڈریٹل گینڈز کم کرنے کے اس کی کارکردگی کو بہتر بناتی ہے۔

کوبرا آسن (Cobra Posture)

طریقہ: پیٹ کے ٹیٹھ کر جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ کر۔ اب دونوں ہاتھوں کندھے کے بالکل ساتھ اس درجہ زمین کی ہتھیلیاں سامنے کی سمت رہیں۔ گھٹنے کی انگلیاں جسم کے مخالف سمت میں کھینچی جائیں۔ اب ہاتھوں کے زور پر پیٹ سے اوپری گولہوں کی جانب انگلیاں یہاں تک کہ کہنیاں بالکل ہوا کی دو جانب اب گروں کو پیچھے کمر کی جانب کھینچیں اور گھٹنے کمر پیچھے کی دیوار یا چکر نظر آئے۔ تقریباً سیدھے سر کے ساتھ اسی حالت میں قیام کریں۔ اس کے ساتھ سانس کے ساتھ دوبارہ پہلی حالت میں آجائیں اور جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ کر لیجے اور گہرے سانس لیں پھر دوبارہ یہی عمل مزید دو مرتبہ اور پھر آئیں۔

فوائد: اس مشق میں ایڈریٹل گینڈز کو تقویت ملتی ہے جن افراد کا قد کم ہو تو انہیں سال کی عمر سے پہلے اس

ورزش سے خاطر خواہ قد میں اضافہ ممکن ہے۔ اس کے علاوہ اس ورزش کے کرنے سے پیراتھائی رائیڈ گینڈز کو بھی تحریک ملتی ہے جس کا کام انسانی جسم میں نہایت اہم یعنی کیشیم اور فاسفورس کی مقدار کو مہیا کرنا ہے۔ اس کے علاوہ ایڈریٹل گینڈز کو بھی قوت میسر آتی ہے اور اس کے افعال میں بے پناہ اضافہ ہوتا ہے۔ گردوں میں تکلیف کی شکایت اور پتھری کے لیے بہت موثر ورزش ہے۔ سینہ چوڑا اور خوبصورت ہوتا ہے۔ کوبرا آسن کے جہاں مردوں کے لیے فائدے ہیں وہاں عورتوں کے لیے بھی یہ ورزش نہایت مفید بتائی جاتی ہے۔ کمر کے پرانے سے پرانے درد میں مبتلا لوگ جن کی ریڑھ کی ہڈی کے مہرے صحیح کام نہ کر رہے ہوں اور اپنی مقررہ جگہ سے ہٹ جاتے ہیں ریڑھ کی ہڈی کے مہروں کو فعال بنا کر کمر کے درد سے نجات دلاتی ہے۔

چیل آسن (Eagle Posture)

طریقہ: دائیں سانس پھیلا کر پیچھے جائیں۔ داینے پیر کو جسم کے قدرے دائیں جانب لے جائیں اس طرح رکھیں کہ گھٹنے بالکل سیدھے ہوں اور پیروں کی انگلیاں اٹھی ہوئی اور جسم کی جانب مڑی اور کھینچی ہوئی صورت میں رہیں۔ اب بائیں ٹانگ کے گھٹنے کو خم دیتے ہوئے بائیں پیر کی دائیں ٹانگ کے آخری جوڑے کے ساتھ اس طرح ملا کر رکھیں کہ پیچ کا تھوا اور انگلیاں ران کے ساتھ ملی اور کھینچی رہیں، جبکہ بایاں گھٹنے دائیں پیر کے مخالف ہو گا۔ یہ اس ورزش کی ابتدائی حالت ہے۔ اب دائیں ہاتھ کو دائیں ٹانگ سے اندر کی جانب اور بائیں ہاتھ کو سر کے اوپر کی جانب سے جسم کو دائیں طرف زیادہ سے زیادہ خم دیتے ہوئے دونوں ہاتھوں کی انگلیوں سے پھیلے ہوئے پیر کے انگوٹھے کو آہستگی کے ساتھ پکڑیں۔ اسی حالت



میں ایک، ڈیڑھ منٹ تک قیام کریں، بعد قیام آہستگی کے ساتھ دوبارہ اپنی اصلی حالت میں آجائیں۔ اس طرح دائیں ٹانگ پر عقاب آسن کیا گیا۔ بالکل اسی طریقے سے بائیں ٹانگ پر بھی عقاب آسن کی مشق دہرائیں۔ یعنی بائیں ٹانگ کو بائیں جانب درج بالا طریقے کے مطابق رکھیں اور دائیں ٹانگ کو خم دے کر ایڑی کو ران کے جوڑ کے ساتھ ملا کر رکھیں اور بائیں ہاتھ کو ٹانگ کے اندر کی جانب سے اور دائیں ہاتھ کو سر کے اوپر کی جانب سے لاتے ہوئے پیر کے انگوٹھے کو پکڑیں، یوں یہ دائیں اور بائیں دونوں جانب ایک سیٹ مکمل کیا گیا۔ یہی عمل دائیں اور بائیں دونوں جانب مزید دو مرتبہ اور دہرائیں۔

فوائد: یہ مشق ریزہ کی ہڈی کے مہروں کو جو کمر سے شروع ہو کر گردن تک ہوتے ہیں، نہایت لچکدار بناتی ہے اور ان کی کارکردگی کو بہتر بناتی ہے۔ جوڑوں کے درمیان یہ مشق مفید ہے۔

کمر اور پیٹ کے گرد زائد چربی اس مشق سے ختم ہو جاتی ہے۔ اس مشق سے ایڈریئل گھینڈز کی کارکردگی بھی بہتر ہوتی ہے۔

ٹنڈی آسن (Locust Posture)

طریقہ: دونوں ہاتھوں کو جسم کے ساتھ ملا کر اس طرح پیٹ کے بل لیٹ جائیں کہ ہتھیلیاں اوپر کی جانب رہیں چہرے کو سامنے کی طرف اور

ٹھوڑھی کو زمین پر رکھ کر جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں۔ اب اسی حالت میں لمبا سانس لے کر کمر کو سینے میں روک لیں اور اوپری جسم کو پیٹ تک اور نچلے جسم کو کمر کی جانب اتار اوپر والے کی صورت میں اٹھائیں کہ گھٹنے زمین سے نہ رہے جبکہ دونوں پیر آپس میں ملے ہوں گے اور پیروں کے تلوے اپنی جانب یعنی زمین کے مخالف ہوں گے۔ ہاتھ زمین سے ٹھوڑا سا اوپر جسم کے ساتھ ہوں گے۔ اب اسی حالت میں پینتالیس سیکنڈ تک ایک منٹ تک قیام کریں۔ بعد قیام آہستگی کے ساتھ جسم کو ڈھیلا چھوڑتے ہوئے دوبارہ اپنی ابتدائی حالت میں آجائیں اور جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ کر بے گہرے سانس ناک سے لے کر منہ سے خارج کریں تاکہ جسم سکون میں آجائے۔ اسی طرح اس ورزش کو درج بالا طریقے کے مطابق مزید دو مرتبہ اور دہرائیں۔

فوائد: اس ورزش کا تمام تر دباؤ چونکہ پیٹ پر ہوتا ہے لہذا پیٹ کو بہت زیادہ طاقتور بنا کر اس کے گرد زائد چربی ختم کرتی ہے۔ سینہ چوڑا ہو جاتا ہے اور کمر پتلی ہو جاتی ہے اس ورزش کے کرنے سے نظام ہاضمہ کو تقویت ملتی ہے جبکہ گردوں کی کارکردگی میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔ سانس کو روک کر جسم پر کھنچاؤ کی صورت میں سانس کی طاقت (اسٹیمینا) میں بے پناہ اضافہ ہوتا ہے۔ پچھلے پھرے مضبوط ہوتے ہیں۔



قول میں ایسی شگنائش خاصیت موجود ہے جو دونوں طرح کے مریضوں کو صحت فراہم کرتی ہے۔ رنگ سے لے کر ہمارے احساسات ہمارے اندر کے اندر پھیلے اور ہمارے جسم کی کئی فٹین ختم کرنے کا ذریعہ ہیں۔ ترقی میں دریافت ہونے والے علاجوں میں رنگوں کے علاج سے شفا پائی کا تناسب زیادہ ہے۔ اس علاج سے مریض پر بار بھی کم پڑتا ہے۔ دسم، موسمی بخار، نمونیہ، آشوب چشم اور آنکھوں کے دیگر امراض میں رنگین طریقہ علاج بہترین ثابت ہوتا ہے۔

رنگ و روشنی سے علاج

کمر تھراپی سے علاج کے بارے میں مقصود الحسن عظیمی اپنی کتاب ”کروموتھپی“ میں تحریر کرتے ہیں۔ کمر تھراپی اس نظام علاج کا نام ہے جس کے تحت مریض یا مریض کا علاج رنگوں سے کیا جاتا ہے۔

اس نظریہ کے مطابق وجود انسانی اور رنگوں پر قائم ہے جسم انسانی رنگوں سے وجود میں آتا ہے۔ یہ رنگ ہی اس کو تحریک دیتے اور اس کے مادی جسم میں کام کرنے والے مختلف نظاموں کی درست کارکردگی کے ضامن ہوتے ہیں۔

موجودہ سائنسی اور طبی ترقی کے پس منظر میں اب اس بات کو سمجھنا زیادہ مشکل نہیں رہا کہ انسان کے اس مادی وجود کے اوپر روشنیوں کا بنا ہوا ایک ایسا جسم موجود ہے جو مختلف رنگوں سے مزین ہے۔

طبیعی علوم کے ماہرین اس حقیقت سے واقف

ہاں سوسائٹی آف میڈیسن لندن کے زیر اہتمام سینٹر میں برطانوی پروفیسر لائٹ نے انکشاف کیا کہ ہاضمہ طبیعت (Tablet) کے پچاس فیصد صفر ہوتے ہیں۔

معروف روحانی اے کار خواجہ شمس الدین عظیمی اپنی کتاب کمر تھراپی میں تحریر کرتے ہیں، دنیا کی ہر دوا اپنا اثر



نہایت اور اپنا اثر چھوڑ کر خارج ہو جاتی ہے، لہذا اس کے ذریعہ رنگوں کی کئی بیشی متوازن ہو جاتی ہے جسم رنگ اعصاب میں بیست ہو جاتے ہیں۔ یہ رنگ ایک اہم خصوصیت ہے۔

ہو چکے ہیں کہ مادہ اپنی آخری حالت میں محض ایک توانائی ہے اور یہ توانائی لہروں کے ذریعے منتقل ہوتی ہے۔ مادہ کی سب سے چھوٹی اکائی ایٹم کو جب توڑا جاتا ہے تو ذیلی ذرات الیکٹرون، پروٹون، نیوٹرون وغیرہ سامنے آتے ہیں یہ تمام ذیلی ذرات ایک یا دوسری قسم کی توانائی سے وجود پاتے ہیں اور فنا ہونے پر واپس اسی توانائی میں تبدیل ہو جاتے ہیں جس سے وہ وجود پاتے ہیں۔ یہ توانائی کائنات میں کرتوں، شعاعوں اور لہروں کی صورت میں برسر عمل رہتی ہے۔

رنگوں کے مناسب استعمال سے مریضوں میں قوت مدافعت بحال ہو جاتی ہے۔ پیدا انٹی طور پر جب بچہ کمزور ہوتا ہے مثلاً ایک پونڈ دو پونڈ یا تین پونڈ کا ہوتا ہے تو اسے Incubator میں آکسیجن اور بنفشی رنگ میں رکھا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے بچہ کی نشوونما پوری ہو جاتی ہے۔

روپے اور موڈ کی تبدیلی سے بھی انسانی صحت پر اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ماہرین سے اکثر یہ سوال کیا جاتا ہے کہ کیا محض رنگ دیکھنے سے آپ کا رویہ یا موڈ تبدیل ہو سکتا ہے۔ بعض ماہرین اس کا جواب اثبات میں دیتے ہیں۔ حال ہی میں انٹرنیشنل جرنل آف بائیو سوشل ریسرچ جریدے نے اس ضمن میں ایک رپورٹ شائع کی ہے۔ ویٹا سکیون، کینیڈا کے ایک اسکول میں رنگ اور روشنیاں تبدیل کر دی گئیں تو بچوں کا ”آئی کیو“ یعنی معیار ذہانت بلند ہو گیا اور غیر حاضری اور بد نظمی میں نمایاں کمی ہوئی۔

یہ سائنسی مطالعہ یونیورسٹی آف البرٹا کے پروفیسر میری وول فارٹھ نے کیا۔ انہوں نے زرد اور نیلے رنگ نارنجی، سفید، خاکستری اور بھورے سے تبدیل کر دیے اور کمروں میں فلورسٹنٹ ٹیوب لائٹس کا اہتمام کیا تو حیرت انگیز نتائج سامنے آئے۔ نارنجی اور خاکستری رنگوں اور دودھیا روشنیوں سے طلبہ کی اہلیت میں خاصا

یاد دہ ہوتے ہیں۔ ماہرین نفسیات اور ماہرین رنگ و ثمن اب ایسے مختلف رنگ تجویز کرنے لگے ہیں جو بعض طبی رویوں کو متاثر کرتے ہیں۔ کینیڈا کے ایک ڈیپارٹمنٹ کی دیواروں پر نیلے رنگ نمایاں کیے گئے ہیں تاکہ مریضوں کا خوف کم ہو سکے۔

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اپنی کتاب ”مکرم خرابی“ میں تحریر کرتے ہیں۔

”رنگوں کے ذریعے ہر اس بیماری کا علاج کیا جاتا ہے جو ابتدائے آفریش سے اب تک انسان کو ورثہ میں ملے ہے۔“

بچوں کے خون کی بیماری Haemolytic Disease کی وجہ سے سرخ خلیے زیادہ مقدار میں ٹوٹتے ہیں جس کی وجہ سے خون میں ایسے مادہ کا اضافہ ہو جاتا ہے جس کا رنگ زرد ہے۔ بچے کے خون میں اس مادے کی مقدار بڑھنے سے ان کو یرقان ہو جاتا ہے۔ اگر یہ مادہ دماغ میں لپکتا ہے تو ذہنی نشوونما متاثر ہو جاتی ہے۔ اس سے بچے کے لیے خون کی تبدیلی کا عمل کیا جاتا ہے۔

اس تکلیف میں رنگوں سے بھی مدد لی جاسکتی ہے۔ رنگ کے ذریعے علاج میں بچے کو نیلی روشنی میں رکھا جاتا ہے۔ تجربہ میں یہ بات آئی ہے کہ نیلی روشنی سے استفادہ کرنا اس بیماری اور اس بیماری کی پیچیدگیوں میں مفید ہے۔

رنگوں کے مناسب استعمال سے مریضوں میں قوت مدافعت بحال ہو جاتی ہے۔ پیدا انٹی طور پر جب بچہ کمزور ہوتا ہے مثلاً ایک پونڈ دو پونڈ یا تین پونڈ کا ہوتا ہے تو اسے Incubator میں آکسیجن اور بنفشی رنگ میں رکھا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے بچہ کی نشوونما پوری ہو جاتی ہے۔

اس کے علاوہ چلنے کی صورت میں رنگوں سے علاج ہر مریض کی طبیعت کی دعوت دیتا ہے۔ اندھیرے میں زیادہ

دیر رہنے اور بہت کم روشنی والی جگہوں پر کام کرنے والوں میں خون کے سرخ ذرات کی کمی واقع ہو جاتی ہے اور سورج کی روشنی میں کام کرنے والوں میں یہ ذرات بڑھ جاتے ہیں۔ سال کے تین مہینوں میں سورج کی روشنی کم ہوتی ہے۔ ان میں میعاد بخار انگڑائیاں اور سینہ کی بیماریاں بڑھ جاتی ہیں۔

سورج کی روشنی میں شامل رنگوں کا اثر عام صحت پر عجیب و غریب ہوتا ہے۔ درد بخار اور ٹھنڈ لگنے کا احساس ختم ہو جاتا ہے۔ ہیموگلوبن (Hemoglobin) اور سرخ ذرات کی تعداد بڑھ جاتی ہے، خون صحت مند ہو جاتا ہے۔ سورج کی روشنی جسم میں سرایت کر کے جراثیم کو مارتی ہے اور درد کو آرام پہنچاتی ہے۔ وٹامن ڈی (Vitamin-D) بنانے میں مدد دیتی ہے جو خون میں کالشیئم کی مقدار کو متوازن رکھتی ہے اور اس طرح بچوں اور بڑوں میں ہڈیوں کی بیماریوں کی روک تھام کرتی ہے۔ سورج کی روشنی زخموں کے مواد کو خارج کرتی ہے جسم میں جذب ہو کر اس کو قدرتی ذرائع سے خارج کرنے میں مدد دیتی ہے۔ یہی عمل جوڑوں، پیچھےڑوں اور پیرٹ کے جوف میں پانی زیادہ ہونے کی صورت میں بھی ہوتا ہے۔

سورج کی روشنی قلب اور اعصاب کے ریسرے کو تقویت پہنچاتی ہے۔ جسم کی حرارت میں اضافہ کرتی ہے، پسینہ زیادہ آتا ہے اور جسم کی کثافت خارج ہو جاتی ہے۔ سورج کی روشنی اعصابی نظام کو بہتر بنا کر بھوک بڑھاتی ہے۔ ذہنی صلاحیت بہتر کرتی ہے اور اچھی نیند کی ضمانت ہے۔

ہر چیز کی زیادتی چاہے وہ کتنی ہی مفید کیوں نہ ہو خرابی پیدا کرتی ہے۔ چنانچہ سورج کی روشنی کی افادیت بھی اس وقت تک برقرار رہتی ہے جب تک جسم فرحت اور قوت محسوس کرتا ہے۔



جسم کے عجائبات



انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

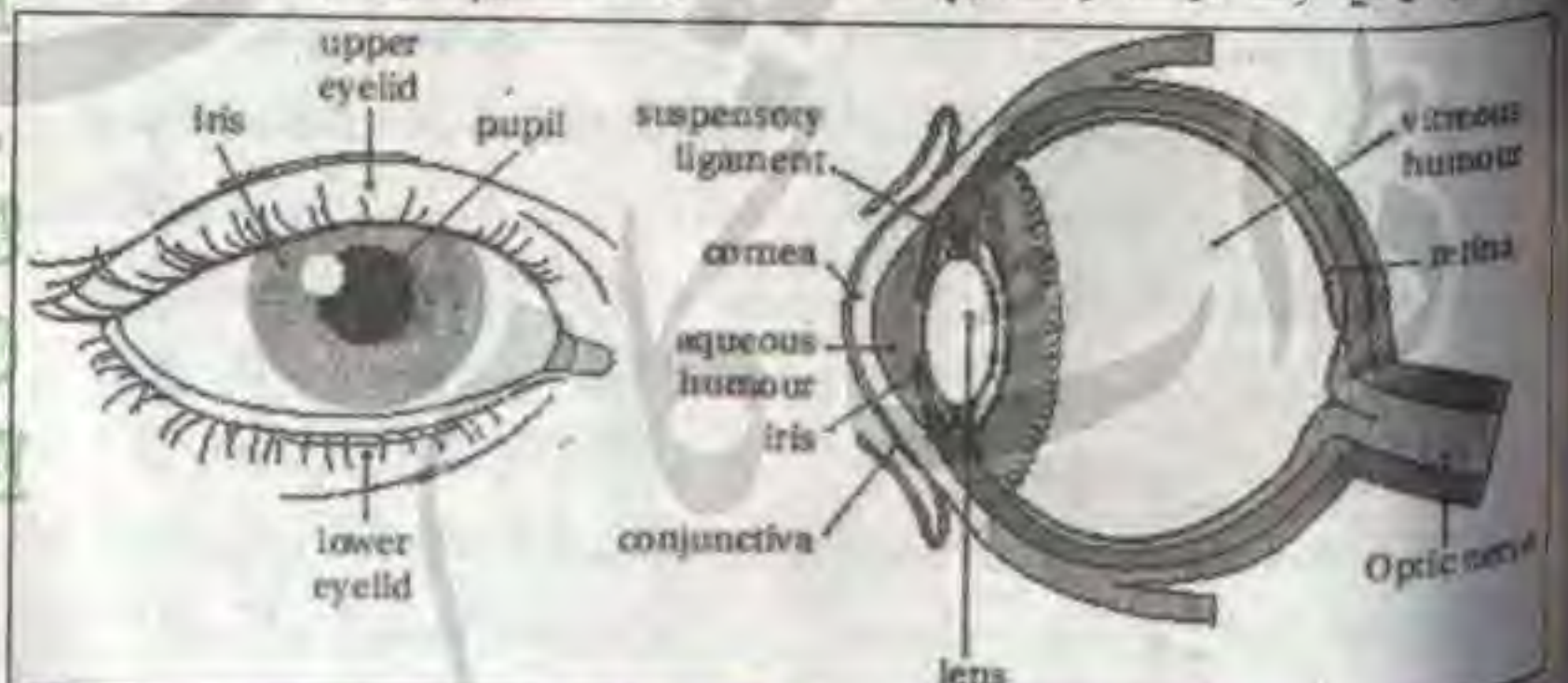
محمد علی سید

رات کے اندھیرے میں جگنو چمکتا ہے تو میرے اندر ایک انتہائی پیچیدہ برقی کیمیائی عمل شروع ہو جاتا ہے۔ جگنو کی روشنی میرے چھبیس کروڑ تیرہ راڈ نما خلیوں میں موجود سرخی مائل مادے کے رنگ کو ختم کر دیتی ہے۔ بلیچنگ کے عمل سے ایک برقی رو پیدا ہوتی ہے اور تین سو میل فی گھنٹہ کی رفتار سے آپٹک نرو کے ذریعے دماغ کو موصول ہو جاتی ہے۔ دماغ اس سگنل کو ڈی کوڈ کر کے اپنا فیصلہ صادر کرتا ہے کہ نظر آنے والی شے ایک جگنو ہے۔

شدید ہو تو دماغ میں موجود مرکز بصارت کو تباہ کر سکتی ہے۔ جس کا سیدھا مطلب اندھا پن ہے۔ نسبتاً کم طاقت کی چوٹ لگنے سے انسان کو دن میں تارے نظر آ سکتے ہیں۔ نگاہوں کے سامنے یہ چنگاریاں مرکز بصارت میں موجود

(گڑبڑ سے پیوستہ)

ہر چند کہ آپ چیزوں کو ہمارے ذریعہ سے دیکھتے ہیں۔ مگر درحقیقت آپ جب بھی دیکھتے ہیں دماغ سے کہتے ہیں اسی لیے سر کے عقبی حصے میں لگنے والی چوٹ اگر



برقی تحصیلات میں خلل پڑنے سے پیدا ہوتی ہیں۔

میری صلاحیتیں ہمیشہ سے ایسی نہیں ہیں۔ یہ صلاحیتیں بتدریج پروان چڑھی ہیں۔ جب آپ پیدا ہوئے تھے آپ کی قوت بصارت صرف روشنی اور سائے کو دیکھ سکتی تھی۔ ابتدائی چند مہینوں تک آپ صرف دور کی چیزیں دیکھنے کے قابل تھے۔ اسی لیے آپ نے دیکھا ہوگا کہ چھوٹے دودھ پیتے بچے اپنے جھن جھن کو اپنے چہرے سے ممکنہ حد دور کر کے دیکھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ نورائیدہ بچے کی دونوں آنکھوں کے درمیان شروع شروع میں کوئی رابطہ نہیں ہوتا یعنی ایک آنکھ کسی ایک سمت اور دوسری کسی دوسری سمت دیکھ رہی ہوتی ہے۔ چند ماہ میں آنکھیں ٹھہر جاتی ہیں اور ان کی حرکات میں ہم آہنگی پیدا ہو جاتی ہے۔ اکثر مائیں متفکر ہو جاتی ہیں حالانکہ یہ کوئی غیر معمولی بات نہیں ہے۔ (ابتدائی دنوں میں قریب کی چیزیں نہ دیکھ سکنے میں یقیناً ماں کے رشتے کے احترام و تقدس کی حفاظت جیسی مصلحت پوشیدہ ہے۔)

چھ سال کی عمر میں بچے کی بصارت بہت اچھی ہو جاتی ہے لیکن کمال کی حد تک آٹھ سال کی عمر میں پہنچتی ہے۔ بچے اکثر کم روشنی میں پڑھتے ہیں تو ماں باپ انہیں تنبیہ کرتے ہیں کہ اس طرح بینائی کمزور ہو جائے گی۔ والدین عدم معلومات کی بنا پر ایسا کہتے ہیں۔ دراصل بچوں کی قوت بصارت اتنی اچھی ہوتی ہے کہ وہ کم روشنی میں بھی آسانی سے لکھ پڑھ سکتے ہیں۔ اس سے ان کی بینائی پر کوئی منفی اثر نہیں پڑتا۔

ان کے علاوہ بھی بہت سی انفرادی صلاحیتیں مجھ میں پائی جاتی ہیں۔ مثلاً میرے پٹھے اگرچہ اتنے نازک اور چھوٹے ہیں کہ شاید آپ کے تصور میں بھی نہ آسکیں لیکن اس کے باوجود یہ آپ کے جسم کے تمام پٹھوں سے کہیں زیادہ مضبوط ہوتے ہیں۔ اس بات کا اندازہ آپ اس طرح

لگا سکتے ہیں کہ ایک عام دن میں آپ کی آنکھیں کم از کم ایک لاکھ مرتبہ سکڑتی یا پھیلتی ہیں تاکہ آپ قریب اور دور کی چیزوں کو صاف طور پر دیکھ سکیں۔ اس کے مقابلے میں آپ کی ران کے پٹھے اگر اتنی مرتبہ ایکسٹرنل مائل پیدل چلائیں تو اس کے لیے آپ کو پچاس میل پیدل چلنا پڑے گا۔

میری حفاظت اور صفائی کے لیے قدرت نے ایک خود کار نظام پیدا کیا ہے۔ یہ لیکریمل گینڈز (Lacrimal Glands) ہیں جو مجھے جراثیم سے بچانے اور میری صفائی کے لیے نہایت صاف شفاف پاک و پاکیزہ جراثیم کش رطوبت تیار کرتے ہیں۔ یہ گینڈز زیادہ دودر اصل آنسوؤں کے قدرتی سرخسے ہیں۔ یہ ہر وقت مجھے جراثیم کش رطوبت سے مہلاتے رہتے ہیں۔ آنسوؤں کی یہ نمی میری بیرونی سطح پر جم جانے والی باریک گرد اور بہت سے مہلک احيام کو ہٹا کر لے جاتی ہے۔

میری پلکیں کار کے واپس کی طرح کام کرتی ہیں۔ آپ ہر منٹ میں تین سے چھ مرتبہ پلکیں جھپکتے ہیں۔ تھکن کی صورت میں یہ تعداد بڑھ جاتی ہے۔ پلکیں جھپکنے کے اس عمل سے میرا قرنیہ (Cornea) ہر منٹ میں تین سے چھ مرتبہ نم اور صاف ہوتا رہتا ہے اور ہر مرتبہ آنسوؤں میں موجود جراثیم کش مادے لائی سوزائم (Lysozime) کا تازہ ”اسپرے“ میری سرحدوں میں آجانے والے مہلک میکروبیز کو موت کے گھاٹ اتار دیتا ہے۔

آنسو ہماری ناگزیر ضرورت ہیں۔ جسم کے دوسرے سرحدی علاقوں (ناک، کان) کے لیے قدرت نے دو تین حفاظتی اقدامات کیے ہیں۔ آنکھیں جسم کی ساحلی سرحد کی حیثیت رکھتی ہیں۔ یہ علاقہ بالکل سامنے کے حصے میں واقع ہے۔ یہاں دشمن کے حملوں کے امکانات زیادہ ہیں۔ ہوا

میں جرتے ہوئے مختلف میکروبیز اور بے شمار وائرس یہاں درجستہ حملہ آور ہو سکتے ہیں۔ اس کے باوجود یہاں حفاظت کا ایک انتظام کیا گیا ہے لیکن یہ حفاظتی انتظام

دوسرے علاقوں کے دفاعی انتظامات سے کہیں زیادہ سید اور موثر ہے۔

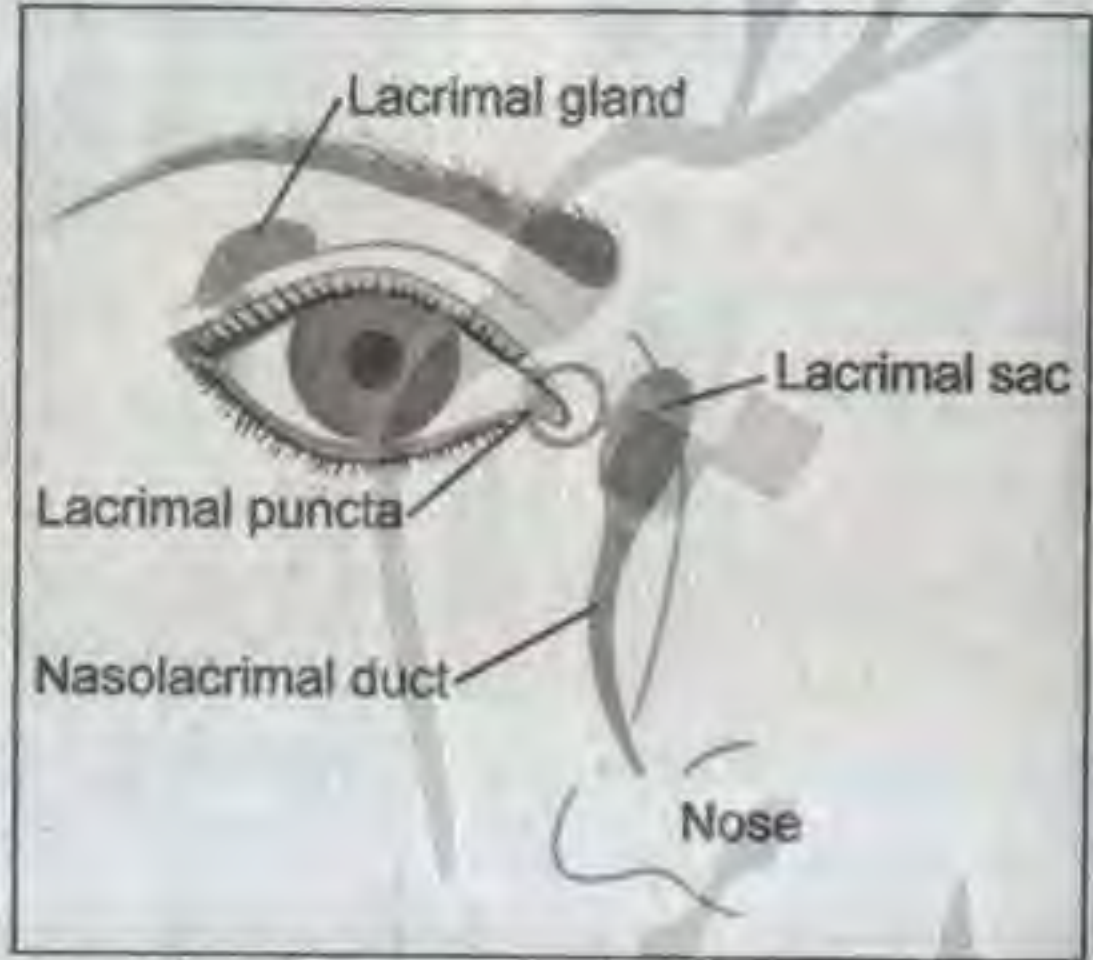
اگر آنسوؤں کا یہ حفاظتی جہاز بے اثر ہو جائے تو ہوا میں اڑنے والے مہلک وراثی ذرات

میں آنکھوں کی روشنی کو ہمیشہ کے لیے ختم کر دیں۔

آرام کرنا ہم آنکھوں کے لیے بھی بے حد ضروری ہے۔ میں اور میری ساتھی آنکھ بھی آرام کرتی ہے لیکن کہ طور اور کتنی دیر! یہ جان کر آپ حیران رہ جائیں گے۔ دراصل ہم دونوں آنکھیں باری باری آرام کرتی ہیں۔ آرام کا یہ وقفہ پلک جھپکنے کے وقفے کی طرح ہوتا ہے۔ جب آپ پلک جھپکتے ہیں تو ایک مرتبہ میں آرام لے لیں اور جب آپ دوسری مرتبہ پلک جھپکتے ہیں تو دوسری ساتھی دوسری آنکھ فزادیر کو اوکھ لیتی ہے۔ ورنہ ہمیں آرام کہاں ملتا ہے اکثر لوگ تو ہمیں سوتے میں بھی آرام نہیں کرنے دیتے۔ ان کی آنکھیں بند ہوتی ہیں لیکن حرکت کرتی رہتی ہیں۔

مگر تا وقت ہر چیز کو پرانا فرسودہ کرتا رہتا ہے۔ بہت سی خرابیاں پیدا کٹی بھی ہو سکتی ہیں اور بڑھتی ہوئی سبب سے بھی۔ مثلاً میرے عدسے (Lens)

کے پٹھے کسی سبب سے بھرپور طریقے پر کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ بہر حال بینائی کا چشمہ اس مسئلے کو پیچھا نوسے فیصد تک دور کر دیتا ہے۔



میری بیماریاں بڑا سیریس مسئلہ ہیں۔ گلیو کو (کالا موتیا) بڑی خطرناک بیماری ہے۔ اس کی کم تر خطرناک صورت میں میرے عدسے کے آگے پیچھے والے حصے میں یا تو ضرورت سے زیادہ

رطوبت آنے لگتی ہے یا جس تناسب سے رطوبت کا اخراج ضروری ہے وہ اس تناسب سے نہیں ہو پاتا۔ اس کی وجہ سے مجھ پر دباؤ بڑھنے لگتا ہے جس کے نتیجے میں میرے عقب میں موجود آپٹک نرو کو خون کی سپلائی میں خلل واقع ہوتا ہے۔ یہ علامات شدید ہوں تو چند ہی دنوں میں مستقل طور پر نابینا کر سکتی ہیں۔

زیادہ تر صورتوں میں یہ بیماری بڑی سست رفتاری سے آگے بڑھتی ہے۔ اس کی ابتدائی علامات اکثر اتنی معمولی نوعیت کی ہوتی ہیں کہ ان کا نوٹس ہی نہیں لیا جاتا۔ یہ علامات کیا ہیں؟ میں آپ کو بھی بتانا چاہتی ہوں۔ یہ علامات ہیں تیز روشنی کے گرد رنگین ہالے دکھائی دینا، دائیں یا بائیں طرف کے زاویے سے نظر نہ آنا، یعنی سائڈ وژن کا ختم ہو جانا بھی گلیو کو ما کی علامت ہے۔ روشنی سے اندھیرے میں آکر بصارت کو معمول پر لانے میں دشواری، دھندلا دکھائی دینا۔ چالیس سال کی عمر کے بعد

اشرف باجی کے ٹوٹکے



صحت کی حفاظت اور زیر استعمال اشیاء کی افادیت میں اضافے کے لیے مختلف ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ مختلف ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی۔۔۔ تاہم امور خانہ داری میں ان کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانہ بر سہا برس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کولیغائیڈ طبیبہ بھی ہیں۔ روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے اشرف باجی کے ٹوٹکے کے زیر عنوان گھریلو ترکیبوں پر مشتمل ایک نیا سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو دکھانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

نکھری رنگت

لیموں کا رس تھوڑے سے دودھ میں ملا کر چہرے اور ہاتھوں پر روزانہ چندہ منٹ تک ملیں۔ یہ عمل کرنے سے آپ کی جلد کا رنگ نہ صرف صاف ہو گا بلکہ چہرے پر جھری اور سرفی بھی آجائے گی۔

چاولوں کی رنگت

اگر آپ چاولوں کو ابالتے وقت ان میں ایک چمچ لیمو کا رس ڈالیں گے تو ان کا رنگ صاف اور چاول خوشبودار بن جائیں گے۔

سفید کپڑوں کی دھلائی

مغیہ کپڑا دھوتے وقت صابن کے جھاگ میں تھوڑا سا

نیل ملانے سے کپڑے زیادہ چمکدار اور بے داغ و حلیں گے۔

زیورات کے داغ

چاندی کی بنی ہوئی چیزیں یا زیورات کسی چیز پر داغ چھوڑ دیں تو ان کو آلو کے پانی سے دھولیں۔ داغ ختم ہو جائیں گے۔

سلاد کے باسی پتے دوبارہ تازہ کرنے کے لیے

ایک پیالے میں ٹھنڈا پانی ڈال کر اس میں ایک کھانے کا چمچ لیمو کا رس ڈال کر اس میں سلاد کے پتے رکھ دیں۔ وہ دوبارہ تازہ ہو جائیں گے۔

بسکٹ خستہ رکھنے کے لیے

اگر آپ بسکٹوں کو خستہ رکھنا چاہتے ہیں تو بسکٹوں

تار مل ہو جاتی ہے۔

خدا کا شکر ہے کہ آپ چالیس سال کی عمر میں فی الحال ان سب بیماریوں سے محفوظ ہیں لیکن آپ کے دوسرے اعضا کی طرح میں بھی بتدریج شکست و ریخت کے عمل سے گزر رہی ہوں۔ میرے عدسے کی شفافیت کم ہو رہی ہے۔ پٹھے کمزور ہونے لگے ہیں۔ خون کی نالیوں کے سخت ہونے کی وجہ سے میرے عقبی پردے (Retina) کو فراہم ہونے والے خون کی مقدار میں کمی آرہی ہے۔

یہ عمل اسی طرح جاری رہے گا لیکن آپ متفکر ہوں۔ نعمتوں کا درست استعمال، نعمتوں کے عطا کرنے والے کا شکر ادا کرنا اور انہیں اسی مقصد کے لیے استعمال کرنا جس کے لیے یہ عطا کی گئی ہیں نعمتوں کی عمر اور معیار میں اضافہ کرتا ہے آپ کی طرح جو لوگ ایسا کرتے ہیں انہیں انشاء اللہ ان کی آخری سانس تک بہترین سروس فراہم کرتی رہوں گی۔

(جباری ہے)

گلیو کوما سے آنکھ کو نقصان پہنچنے یا بینائی ضائع ہونے کے امکانات ڈھائی فیصد ہوتے ہیں۔ بہر حال اس کا علاج بھی موجود ہے چاہے قطروں کی صورت میں یا کوئی دوا ہو یا سرجری۔

ایس ٹیگماٹزم (Astigmatism) میری ایک اور عام بیماری ہے اور میرے قرینے کو متاثر کرتی ہے۔ اس کی وجہ سے میرا قرینہ مدور نہیں رہتا اور بینائی میں خرابی پیدا ہو جاتی ہے۔ نظر کے چشمے کی مدد سے بینائی درست ہو سکتی ہے۔

اکثر آنکھ کا عقبی پردہ (Retina) اپنی جگہ چھوڑ دیتا ہے جیسے چپکا ہوا دال پیپر دیوار سے اکھڑ جائے۔ یہ بڑی میرلیس بیماری ہے۔ اس کی علامات مریض کو بہت پریشان کرتی ہیں۔

آنکھوں کے سامنے بے ترتیب انداز سے تیز روشنی کی چمک دار لہریں، چیزوں کا مسخ قطر، نگاہوں کے سامنے دھندلے دھندلے دھبے دکھائی دینا۔ سرجری کے ذریعے میرا عقبی پردہ دوبارہ چپکایا جاسکتا ہے اس کے اتنی فیصد آپریشن کامیاب ہوتے ہیں۔

میرا قرینہ (Cornea) اور عدسہ (Lens) دونوں ہی ٹرانسپیرینٹ بافتوں (Tissues) سے بنے ہوئے ہیں۔ اگر یہ شفاف (ٹرانسپیرینٹ) نہ رہیں تو آخر کار تاپینائی کا سبب بنتے ہیں۔ اگر یہ خرابی یعنی دھندلاہٹ قرینے میں پیدا ہو جائے تو قرینے کی تبدیلی ہی اس کا علاج ہے اور اگر یہ خرابی عدسے میں پائی جائے تو موتیا کے آپریشن کے بعد مریض کی مرضی پر منحصر ہے کہ وہ موٹے شیشوں والا چشمہ استعمال کرے یا کانٹیکٹ لینس۔

اس آپریشن کو موتیا کا آپریشن یا کیٹریکٹ کا آپریشن کہا جاتا ہے۔ مصنوعی عدسہ بھی آنکھ میں ڈالا جاسکتا ہے۔ جس کے بعد اگر کوئی دوسری خرابی نہ ہو تو بینائی

درخت لگائیے۔۔۔۔۔ صحت بنائیے۔۔۔۔۔ سکون پائیے۔۔۔۔۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوسے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے“۔ (بخاری؛ مسلم)

کیا آپ اپنے کچن
اور کھٹ کمر روتی

میں اللہ عزوجل کا زیادہ ترقی
 دے گا۔ لوگوں کی وغیرہ نہیں
 ہی چیز تھی۔ گھروں کے
 پرانے ہوتے تھے۔ ایک جگہ
 پر ان کے رہنے کو چاہتے تھے۔

میں اٹھ ہوا تین کا زیادہ ترقوت گھروں میں ہی گزرتا تھا۔
لوگوں کو کمری وغیرہ نہیں کرنا پڑتی تھی اور نہ ٹی وی
بھی چڑھتی۔ گھروں کے سارے کام ایک ہی جگہ سر
کام ہاتے تھے۔ ایک جگہ کھانا پینا اور اہم فیصلے بھی ایک
جگہ ہی کرے جاتے تھے۔

رفتہ رفتہ جب رہن مہن بدلاتو لوگوں کو ہر کام کے
بے انگ گھروں کی اہمیت کا احساس ہوا اور یوں یکن بھی
بے اہم سرورہت بن کر ابھرا۔ آج کل صورتحال یہ ہے
کہ من اگرچہ ہے تو پکانے کی جگہ مگر اس کو ایک ورکشاپ
سے تعبیر ہو جا سکتی ہے جہاں خاتون خانہ یکسوئی کے
اعتراف اور مگر داری بخوبی اور سہل انداز میں
کام لے سکے۔

رفتہ رفتہ جب رہن سہن بدلاتو لوگوں کو ہر کام کے لیے الگ کمروں کی اہمیت کا احساس ہوا اور یوں کچن بھی ایک اہم ضرورت بن کر ابھرا۔ آج کل صورتحال یہ ہے کہ کچن اگرچہ ہے تو پکانے کی جگہ مگر اسی کو ایک درکشاپ سے تشبیہ دی جاسکتی ہے جہاں خاتون خانہ یکسوئی کے ساتھ امور کھرداری بخوبی اور سہل انداز میں سرانجام دے سکتی ہے۔

کچھ عرصہ سے کچن کو گھر کے مناسب ترین حصہ میں بنایا جانے کا رواج ہونا شروع ہوا ہے کہ جہاں سے خاتون خانہ تمام گھر کو آسانی سے کنٹرول کر سکیں۔ ایک آئینہ دل کچن کی منصوبہ بندی سے پہلے یہ بات اپنے ذہن میں رکھنی چاہیے کہ ہم نے کچن کو محض اپنے لیے نہیں بلکہ مستقبل کے لیے بھی بنانا اور قائم رکھنا ہے۔ اب جبکہ آپ کے پاس دنیا کی جدید ترین چیزیں مثلاً ڈش واشر، واشنگ مشین، مائیکرو اوون اور برقی چینی سمیت وہ تمام جدید ذرائع موجود ہیں جن کا آپ تصور کر سکتی ہیں تو ان سب جدید ترین سہولیات کو مد نظر رکھتے ہوئے آپ کو کچن میں بجلی کے بورڈ وغیرہ کو خصوصی توجہ سے فٹ کرانا ہو گا تاکہ کچھ عرصہ بعد آپ کو کسی قسم کی پریشانی میں مبتلا

پر ڈال کر جھگو کر باہر نکال کر کسی فاضل برتن میں رکھ دے
جائیں جب تمام دودھ اخبار جذب کر لیں تو کسی سونے
کپڑے کی مدد سے پانی سے فریج صاف کر لیں۔
چیونٹیاں بھگائیں

اگر کمرے میں چیونٹیاں آتی ہوں تو رات کے وقت ایک عب لیس اس میں پانی ڈالیں اور پانی ڈالنے کے بعد اس میں تھوڑا سا مٹی کا تیل ملا لیں اور اس پانی سے کمرے میں پوچھا گا دیں۔ کارپٹ بچھا ہو تو اس کے کناروں پر پوچھا گا دیں۔ دو تین مرتبہ یہ عمل کریں چیونٹیاں دوبارہ نہیں آئیں گی۔

کبھی کبھی جوتے کی پالش سوکھ جاتی ہے اگر اس میں
تھوڑا سا بیٹرول ملا لیا جائے تو وہ نرم ہو جائے گی اور اسے
دوبارہ استعمال کیا جاسکے گا۔

بینگن کاٹنے کے دوران انگوٹھے اور ہاتھوں پر جاملی
سارے رنگ چڑھ جاتا ہے، اس رنگ کو صاف کرنے کے لیے
ہاتھوں کو نمک مل کر دھویا جائے تو ہاتھ بالکل صاف
ہو جائیں گے اور بینگن کا رنگ اتر جائے گا۔
گوشت گلانے کے لیے

اگر اندیشہ ہو کہ گوشت جلدی نہیں کھلے گا یا یہ کہ آپ اسے جلدی گانا چاہتی ہیں تو پوچھنے کے دوران لہسن کی درمیان والی ایک دو ہڈیاں ہڈیاں میں ڈال دیں، گوشت نسائی سے کٹ جائے گا۔

کسی برتن میں بوجھوس ہو تو اس برتن کو پہلے صابن سے پھر نمک سے اور پھر صابن سے دھوئیں برتن کی بدور ہو جائے گی۔

کے ڈبے میں شوگر کیوب رکھ دیجیے۔ اس سے بسکٹ خستہ اور نمی سے محفوظ رہتے ہیں۔

برتن دھونے کے اسفنج کی صفائی
گھر میں برتن دھونے والا اسفنج کثرت استعمال سے
دب جاتا ہے اور گندا ہو جاتا ہے۔ رات کو ایک پیالہ لے کر
اس میں ایک چمچ سرکہ ملا کر اس میں اسفنج بھگو دیں۔
صبح نچوڑ لیجیے۔

اگر آپ کے پاس پیسٹ فٹج جائے تو آپ اس کے
ڈھکن کو اچھی طرح بند کر کے اس کو الٹا کر دے رکھ دیں۔
اگر آپ اس کو سیدھا رکھیں گے تو اس کے اوپر بالائی جم
جائے گی جو کہ ضائع ہو جائے گی۔

برائی بناتے وقت چاول اور گوشت کی تہہ لگاتے ہوئے دھیان رکھیں کہ چھج کو برتن کے کناروں پر ٹھوکنا نہیں ہے ورنہ چاول نرم پڑ جاتے ہیں۔

آگاہ گوندہ کبر فرج میں زیادہ دیر رکھا جائے تو سخت ہو جاتا ہے اور فوراً روٹی نہیں پک سکتی اس کے لیے آنے کے بعد پالے کو فرج کے سبزیوں والے خانے میں رکھیں تاکہ آہستہ تو خیر ہونہ سخت۔ (کم از کم چوبیس گھنٹے تک)

کلہوی کا فرنیچر اگر کافی میلا ہو گیا ہو اور فوری صاف کرنا ہو تو پہلے گیلے کپڑے سے صاف کریں اور پھر سرسوں کا تیل کپڑے میں لگا کر تمام فرنیچر پر پھیریں جینے لگے گا۔

فرق میں دودھ یا دہی وغیرہ گر جائے اور فوری
ساف کرنا مقصود ہو اور کوئی اسٹنچ وغیرہ دستیاب نہ ہو تو
خبر کے کاغذ کے چوتھائی حصے ہاتھ سے لپٹا کر دودھ یا دہی



کچن کا پلیٹ فارم سب سے اہم جگہ ہوتی ہے۔ اسی ایک جگہ سے آپ کو سارے کام کرنے ہوتے ہیں۔ اسی پلیٹ فارم کو بعد میں بہت سے کاموں کا بوجھ برداشت کرنا پڑتا ہے اسی جگہ کتنے، چھیلنے، پیسنے اور پکانے سے وہ تمام کام انجام پاتے ہیں جو آپ کو اکیلے ہی کرنا ہوتے ہیں۔ یہی وہ جگہ ہے جہاں گرم اور بھاری پریشرنگ اور خشک مسالے پیسنے کے لیے بھاری کچر رکھے جائیں گے۔ پھر بھی تمام تر کاموں کے باوجود آپ سے یہی توقع کی جائے گی کہ یہ آپ ہی کی طرح نقش اور صاف ستھرا نظر آئے۔

اسی طرح آپ کو واش بیسن بھی مناسب جگہ پر لگوانا چاہیے۔ واش بیسن کے لیے اسٹیل ٹون ٹپ واش بیسن ہی مناسب اور آزمودہ ہے۔ ان میں کوئی جگہ ایسی نہیں کہ ان کے کناروں پر گندہ پانی جمع ہو سکے۔ بیسن کے اوپر والی دیوار میں کھڑکی ضرور لگوائیں تاکہ تازہ ہوا کی آمد و رفت آسانی ہو سکے۔

کچن کی دیکھ بھال کیسے کی جائے....؟

کچن کے فرش پر پلاسٹک لگوانے اور اس کے بل وغیرہ نکالنے کے لیے پہلے گرم پانی میں کپڑا بھگو کر پلاسٹک پر پھیر لیں۔ اب پلاسٹک فرش سے بالکل چپک جائے گا اور کوئی بل بھی نہیں آئے گا۔

کچن کے دروازوں میں ہمیشہ کاغذ کی جگہ پلاسٹک لگوائیں کیونکہ کاغذ کے نیچے کیڑے مکوڑے وغیرہ پیدا ہو جاتے ہیں جس کا احساس بعد میں ہوتا ہے۔

دروازوں پر اگر خاکی کاغذ لگانا چاہیں تو پہلے ان دروازوں پر بورک ایڈ چھڑک لیں یوں آپ کیڑوں کا سدباب کر لیں گی۔

اگر آپ چاہیں کہ صبح برتن جلد دھل جائیں تو رات

کو ان برتنوں پر تھوڑا تھوڑا سا خشک پاؤڈر چھڑک دیں۔ یوں ان پر جچی ہوئی چکنائی یا آسانی دھل جائے گی۔ کچن کے دروازوں اور دروازوں کے قبضوں سے رنگ چھڑوانے کے لیے ان پر مٹی کا تیل لگا کر گزریں۔ پھر کسی کپڑے سے پونچھ ڈالیں۔

کچن کی کھڑکیوں کے شیشوں سے داغوں کو دور کرنے کے لیے داغوں پر سرکہ لگا کر گزریں پھر کسی ادنی کپڑے سے صاف کر لیں۔

بوتلوں سے گندگی دور کرنے کے لیے سرکہ اور نمک بوتلوں میں ڈال کر ہلائیں۔ آسانی سے گندگی دور ہو جائے گی۔

شیشے کے برتنوں میں چمک لانے کے لیے ان کو جب بھی دھوئیں تو بعد میں صاف پانی سے کھنگالتے وقت پانی میں سرکہ ملا لیں۔ برتن چمک اٹھتے ہیں۔

شیشے کے گلاسوں کو جڑنے سے بچانے کے لیے ان کے درمیان کاغذ رکھ دیا کریں گلاس جڑنے سے محفوظ رہیں گے۔

کچن میں استعمال ہونے والے چاقو چھری کبھی پانی میں مت ڈبوئیں اس سے ان کی دھار متاثر ہو جاتی ہے بلکہ ان کو گیلے کپڑے سے پونچھ لیا کریں۔

کچن میں چوٹیوں کو جمع ہونے سے بچانے کے لیے اس جگہ تھوڑا سا آٹا چھڑک دیا کریں چوٹیاں غائب ہو جائیں گی۔

کچن میں اگر خد انخواستہ آگ بھڑک اٹھے تو حواس قابو میں رکھیں اور شعلوں پر جلدی سے دودھ ڈال دیں۔ آگ جلدی بجھ جائے گی۔

کچن کے فرش پر کپڑا مارتے وقت اگر فیناٹس بھی پانی میں ڈال لیں تو کیڑے مکوڑے بہت کم آئیں گے۔ کچن میں کھیاں تنگ کرتی ہوں تو ایک اسٹنج کے

اس پر پانی ڈال کر کسی پلیٹ میں رکھ دیں اسی اسٹنج پر آدھا چمچ لیونڈر آئل لیں اس کی خوشبو سے کھیاں بھاگ جائیں گی، یہ تیل کیمیکلز کی دکانوں سے عام مل جاتا ہے۔

کچن کی الماریوں کی درازیں اگر سخت ہو جائیں تو ان کو ہار کرنے کے لیے باہر والے حصے پر موم مل کر کئی مرتبہ گولیں اور بند کریں دراز آسانی سے کھلنے لگے گی۔

لال بیگوں کا یقینی خاتمہ کیجیے

لال بیگ ایک انتہائی سخت جان حشرات الارض قسم ہے۔ اس کی افزائش بڑی تیزی سے ہوتی ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے یہ تمام گھر کو جہنم زار بنا دیتا ہے۔ اس کی تمام گندگیوں سے سب سے خطرناک بات اس کا بچوں میں دمہ کا سبب بننا گیا ہے۔

اس کی جلد سے جو باقیات جھڑتی ہیں وہ ہوا کو آلودہ کر کے بچوں کو دمہ کا مریض بناتی ہیں۔ اس کے علاوہ دمہ کے مرض میں مبتلا لوگوں کی تکلیف میں اضافہ کا باعث بھی بن سکتے ہیں۔

یہ ایک ہفتہ زیادہ بغیر کھائے پیے زندہ رہ سکتا ہے اور تو اس سے لکڑی، کاغذ، کھانے پینے کی اشیاء اور کپڑے وغیرہ اس کی خوش کرنا پسند کرتا ہے۔

کیڑے مار دوائیاں بھی اکثر اسے ختم کرنے میں ناکام نظر آتی ہیں۔

لیکن ایک چیز ہے جو اس کی جان کی دشمن ہے۔ اور اسے کی بات یہ ہے کہ یہ چیز کیڑے مار دواؤں کے مقابلے میں انسان کے لیے کم نقصان دہ ہے اور وہ چیز ہے لال بیگ کا پاؤڈر....

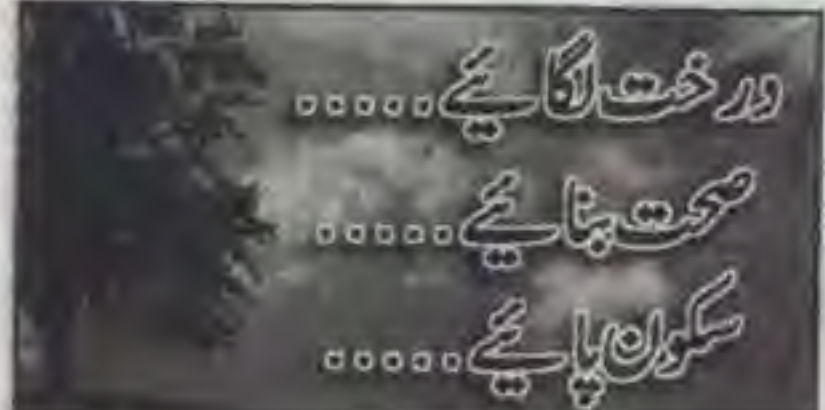
لال بیگ کے خاتمہ کا آزمایا نسخہ
اسیادہ بورک پاؤڈر ایک کپ، میدہ ایک کپ، چینی چار کپ، اسپون، دودھ آٹا گوندھنے کے لیے۔

طریقہ: میدہ، بورک، چینی ایک برتن میں ڈال کر دودھ ڈال کر اچھی طرح گوندھ لیں۔ عام آٹے کے مقابلے میں سخت گوندھنا ہے۔ اب اس کی چھوٹی چھوٹی ٹکلیاں بنالیں (شامی کباب کی طرح) اور ان ٹکلیوں کو ایسے مقامات پر رکھیں جہاں لال بیگوں کا گزر ہو۔ لال بیگ عموماً چھپی ہوئی تنگ اور غیر روشن جگہیں پسند کرتا ہے۔ لہذا اسے رکھنے کے لیے الماریوں کے پیچھے، کچن، تنگ کے نیچے کسی خشک جگہ، ہاتھ روم میں واش بیسن اور کموڈ کے پیچھے، دیواروں کی درازوں میں ڈالیں۔ کوشش کریں کہ خشک جگہ پر رکھیں تاکہ زیادہ عرصہ یہ پاؤڈر اپنی تاثیر برقرار رکھ سکے، البتہ بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

بورک پاؤڈر کھا کر لال بیگ اپنی جائے سکونت پر جا کر ہلاک ہو جاتے ہیں اور مزے کی بات یہ ہے کہ لال بیگ اپنے مردہ ساتھیوں کی باقیات بھی کھاتے ہیں۔

اگر آپ کو کوئی لال بیگ مردہ حالت میں ملے تو آپ اسے اٹھانے کے لیے گیلے کپڑے کا استعمال کریں۔ جھاڑو کے استعمال سے اس کے جسم پر نہ نظر آنے والے چھوٹے چھوٹے ذرے اور مردہ لال بیگ کا تو سارہ جسم ہی ہوا میں شامل ہو کر سانس کی بیماریاں پیدا کر سکتا ہے۔

چونکہ لال بیگ اپنے کنبہ کو قرب وجوار میں پھیلانے کا ماہر ہے۔ اس لیے ہو سکے تو ہمسایوں کو بھی یہ طریقہ بتا دیں۔ اس فارمولے کے سبب تقریباً آپ چار سے چھ مہینے سکون کی نیند سو سکتے ہیں۔



سرخ، عنبی اسٹرابیری

اسٹرابیری
عنبی
اس کی بناوٹ، نفاست

ایک مفید پھل

اسٹرابیری دنیا کے دیگر ممالک کی

طرح موسم گرما میں پاکستان میں بھی

با آسانی دستیاب ہوتی ہے۔ انہیں صاف کر کے فریج

کر لیں۔ دوسری صورت میں پیپر ٹاول میں لپیٹ کر فریج

میں رکھ دیں اور تین دن کے اندر استعمال کر لیں یہ تیس

پھل نم ہوتے ہی جھٹے لگتا ہے۔

ایسٹنی آکسیڈنٹ ماسک

آدھا پیتھا، چار اسٹرابیری، ایک کھانے کا چمچ اوت،

ایک چائے کا چمچ شہد، ایک چائے کا چمچ لیموں کارس۔

اوت کو گرائنڈ کر لیں۔ اسٹرابیری اور پیتھا کو بھی

بلینڈ کر لیں۔ شہد کو ہلکا سا گرم کریں۔ اب ان تمام اجزاء

کے ساتھ لیموں کارس بھی ملا لیں۔ پندرہ منٹ چہرے پر لگا

رہنے دیں۔ ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھو کر معیاری

موئسچرائزر آکسیڈنٹ لگائیں یہ ماسک ہے جو جلد کو درکار

فی میا کرتا ہے۔

شفاف۔ حبلہ کے لیے: ایک سے دو عدد اسٹرابیری کو

قرالے پانی کے ساتھ میس کر کے گاڑھا پیسٹ بنالیں۔

چہرے اور گردن پر لگائیں، پوری رات لگا رہتے

دیں۔ صبح چہرہ دھوئیں۔ صاف، چمکدار

جلد آپ کے سامنے ہوگی۔

فیس لفٹنگ

فیس پیک

تین سے چار

اسٹرابیری، پانچ سے چھ

وانے انگور، آدھی ناشپاتی، آدھا سیب

اور ایک اونس اورنج جوس، تمام اجزاء کو ملا کر گاڑھا پیسٹ

توجہ دینی کی وجہ سے اسے قدرت

و منافی کا شاہکار بھی کہا جاتا ہے۔

جلد رنگ اور دلفریب مہک اس کی اعلیٰ صفات ہیں۔

بچہ اور بڑے سب اسے شوق سے کھاتے ہیں۔ مختلف

قسم کی سوٹ ڈشوں، ملک شیک، آئس کریم اور کیٹریز

کے ساتھ حسن و صحت کے ماہرین اس کی شفا کی اور جلد کی

درجہ اولیٰ بنانے کی خصوصیات کے بھی متعرف نظر آتے

ہیں۔ اس کے گودے میں اسٹرابیری کی خصوصیات پائی

جاتی ہیں جو چکنی جلد کے غیر ضروری روغن کو مسامات

سے صاف کر کے جلدی مسائل کا خاتمہ کرتی ہیں۔

اسٹرابیری کے چمچ جلد کی اسکرنگ کر کے اسے صاف،

نرم اور سرخ و سفید کرتے ہیں۔ اس میں موجود

Salicylic Acid سولی بننے کے امکانات زائل کرتے

ہے۔ Salicylic Acid ایسڈ جلد سے مردہ خلیات صاف

کے مسامات کی گہرائی تک صفائی کرتا ہے۔



تیار کر لیں، اسے چہرے پر لگانے سے پہلے شہد کی ایک باریک تہہ چہرے پر ماسک کی طرح لگائیں۔ اب یہ پیٹاؤ دھوئے گھٹنے تک چہرے پر لگا رہنے دیں۔ ہلکے گرم پانی سے چہرہ دھو لیں۔ پیسٹ صاف ہو جائے تو آخر میں سرکہ سے چہرہ دھوئیں۔ آپ کی جلد میں قدرتی کھنچاؤ بحال ہو جائے گا۔



اسٹرابیری ماسک

چار سے پانچ عدد اسٹرابیری، ایک کھانے کا چمچ دودھ اور ایک کھانے کا چمچ کارن اسٹارچ یا ااروٹ۔ تمام اجزاء کو ملا کر پیسٹ بنائیں۔ بیس منٹ تک چہرہ پر لگا رہنے دیں پھر ہلکے گرم پانی سے چہرہ دھوئیں۔ دوسری مرتبہ ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھوئیں۔ اس ماسک کے بعد چکنی جلد والے افراد مائلڈ اسٹرابیری نچٹ لگائیں پھر ہلکا سا موشچر ازر لگائیں۔ بیس منٹ میں ایک مرتبہ استعمال کریں۔

سوٹ اسٹرابیری فیشل ماسک

کانٹے کی مد سے آٹھ سے نو اسٹرابیری کو میس کر لیں۔ تین کھانے کے چمچ شہد ملا کر کس کر لیں۔ بلینڈ یا گرائنڈ کرنے سے گریز کریں۔ پیسٹ چہرے پر لگائیں اور خشک ہونے تک لگا رہنے دیں۔ ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھو لیں۔ یہ ماسک بھی چکنی جلد کے لیے بہترین ہے۔ اسٹرابیری فٹ اینڈ بینڈ اسکرب آٹھ عدد اسٹرابیری کو دودھ کھانے کے چمچ زیتون کے تیل اور ایک چائے کے چمچ نمک کے ساتھ میس کر لیں۔ بلینڈ نہ کریں کیونکہ اسٹرابیری میں پانی کی وافر مقدار موجود ہوتی ہے جو بلینڈ یا گرائنڈ کرنے سے پیسٹ کو بہت زیادہ پتلا کر دیتی ہے۔ میس کی ہوئی اسٹرابیری سے ہاتھوں اور پیروں

کا اچھی طرح مساج کریں۔ خشک ہونے پر پانی سے دھو لیں۔ دانتوں کو قدرتی سفیدی دیں موتی جیسے چمکتے دانت اور اسٹرابیری کا براہ راست تعلق ہے۔ اسٹرابیری میں موجود Malic Acid اسٹرابیری کی خصوصیات کا حامل ہے۔ دانتوں کی پیلاہٹ دور کر کے انہیں بکھا دیتا ہے اور بلینگ سوڈے کے ساتھ مل کر یہ قدرتی ٹوتھ کلیئر رہن چہرہ ہے۔ ایک عدد اسٹرابیری کو چمچ لیں اب اس میں آدھا چائے کا چمچ بلینگ سوڈا ملا کر بلینڈ کر لیں۔ نرم ریش والے ٹوتھ برش سے یہ پیسٹ دانتوں پر مل کر پانچ منٹ تک یونہی لگا رہنے دیں۔ اب برش سے اسٹرابیری پین صاف کر لیں۔ بیس منٹ میں ایک مرتبہ استعمال کر سکتے ہیں۔



عظیمی کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہز لین ہر بل ٹیبلیٹ، سن ریز ہر بل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہر بل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہر بل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔ مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

گوشت کبھی کبھار

سیریل روڈ

جسم رہے تو

بہت سے لوگ جانتے ہیں کہ گوشت کے رجحان میں اضافہ ہوا ہے اس کی بڑی وجہ وہ گوشت کھانے والے لوگوں کی تعداد میں اضافہ ہے جو ہر شہر میں عام ہو رہا ہے۔ لوگوں کی زندگی میں گوشت خوری بہت کم رہی تھی، اگرچہ گوشت بہت کم ہے اور لوگ مہنگائی کی وجہ سے بھی کرتے ہیں لیکن گوشت کھانے والے لوگوں کا



بجائے مغرب کی تقلید میں چربی روغنی اجزاء کو لیسٹرول نمک کا استعمال زیادہ ہونے لگا ہے۔ ایسی غذا کے نتیجے میں ہم کئی قسم کے امراض خاص طور پر دل کے امراض اور سرطان کو دعوت دیتے ہیں۔ ان اجزاء کو غذا سے خارج یا کم کرنے کی صورت میں ایسے تمام امراض میں نمایاں کمی واقع ہو سکتی ہے۔ امریکی صحت اور انسانی خدمات کے محکمے کے غذائی



ڈائریٹری ڈاکٹر والٹر گلنز مین کا خیال ہے

نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں

اگر آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے

اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے۔۔۔۔۔ یہ خیال رہے کہ موضوع اور

تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاو تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کاپی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1-D, 1/7 ناظم آباد۔ کراچی

غذائی عادات کی تبدیلی کے سلسلے میں یہ بات بھی غور رکھنی چاہیے کہ یہ تبدیلی فوری طور پر نہ لائی جائے بلکہ تدریجاً سبزی خوری کی عادات ڈالی جائے اور گوشت یا حیوانی غذاؤں کو بالکل ہی ترک نہ کیا جائے۔ ان کا کبھی بھار استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اصل مقصد تازہ قدرتی یا نباتی غذاؤں کے استعمال سے جسم کو مضر صحت اجزاء کی فراہمی سے بچانا اور قوت مدافعت کو مستحکم کرنا ہونا چاہیے۔

گوشت خوری کی عادت کم کرنے کے لیے ہفتے میں دو تین روز گوشت نہ کھائیے۔ خوش ذائقہ سبزیوں کے سامان سے گوشت کی کمی پوری کیجیے۔ چند ہفتے اور بڑھا دیجیے، یہاں تک کہ آپ گوشت کبھی کبھار ہی کھانے لگیں۔

سالوں اور پلاؤ وغیرہ میں گوشت کی مقدار نصف دیجیے اور اس کی جگہ سبزیوں کو دیجیے مثلاً کڑھی کی طرح قورے کا مسالہ تیار کر کے اس میں پکڑے والے آلو کے کوفتے اور کباب بنائیے۔

سبزیوں اور چاول کی ڈشوں کی تیاری کے لیے روایتی طریقوں کے بجائے نئے طریقے آزمائیے۔ مثلاً چینی ٹائمن پر توجہ دیجیے اور ان میں گوشت شامل نہ کیجیے۔ یہ ٹائمن چلی ساس سر کے وغیرہ کے ساتھ زیادہ مزہ دیں گے۔ ضرورت گوشت خوری کی خرابیوں کو ختم کرنے کی ہے۔

پاکستان کے ڈاکٹر شہریوں نے اپنی غذا میں سبزیاں ترک کر کے گوشت کو اپنی غذا قرار دیا ہے۔ اس رجحان کے لیے ذہن اس انداز سے کام کر رہا ہے کہ گوشت سے طاقت حاصل ہوتی ہے لیکن کئی پہلوؤں سے جائزہ لیا جائے تو آخر کار گوشت انہیں نقصان پہنچا رہا ہے۔

میں یہ فیصلہ ذرا مشکل ہوتا ہے کہ ان کی صحت مدد کی تعلق ان اچھی عادات سے ہوتا ہے یا سبزی خوری سے۔ یہ بات ثابت ہے کہ سبزی خور کو کسٹین کی عادت ان سے نہیں پڑتی۔

یہ بات بھی اب تسلیم کر لی گئی ہے کہ یہ اشیاء امراض کا اہم سبب بنتی ہیں۔ ایسی صورت میں ان کا استعمال کرنے کی وجہ سے ان کی غذا میں مضر چربی شامل نہیں ہوتی اور زیادہ تر غذائیت دار اشیاء پر مشتمل ہوتی ہے۔ کھانے پینے کی عادت میں تبدیلی مذکورہ امراض سے محفوظ رہنے میں مدد دیتی ہیں۔ گوشت اگر مکمل طور پر ترک نہیں کیا جاسکتا تو مقدار میں کمی کی جاسکتی ہے۔ کھانے پر مرغی کا گوشت بھی اسی طرح کم مقدار میں کھایا جاسکتا ہے۔

اب تو عام آدمی بھی یہ سمجھنے لگے ہیں کہ لٹاؤں والوں، سبزیوں اور پھلوں پر مشتمل غذا جس میں پے وغیرہ شامل ہے۔ صحت بخش ہوتی ہیں، زیادہ گوشت خوری مطلب امراض کو دعوت دینا ہے۔ خاص طور پر سرطان گوشت یا جسے ہم بڑے کا گوشت کہتے ہیں۔

یہ خیال درست نہیں ہے کہ خالی سبزی کھانے پر وٹین، حیاتین اور معدنی اجزاء کی کمی ہو جاتی ہے، ماہرین کہتے ہیں کہ اگر سبزیوں کے ساتھ مختلف قسم کی دھنیں کھائی جائیں تو چھوٹی موٹی کمی کو پورا کیا جاسکتا ہے۔

تحقیق سے ثابت ہوتا ہے کہ سبزی خوروں کی غذا میں فولاد، کلسیم، زنک اور وٹامن بی کی کمی بھی واقع نہیں ہوتی۔ اس سلسلے میں یہ خیال درست نہیں ہے کہ یہ اجزاء صرف حیوانی غذاؤں سے ہی فراہم ہوتے ہیں۔

دودھ کی مصنوعات سے غذائیت حاصل کرنے کے لیے یہ ضروری ہے کہ ان میں روغن کم ہو یعنی دہنی دھن وغیرہ میں بالائی شامل نہیں ہونی چاہیے۔

کہ مغربی ممالک کے لوگ ضروریات سے زیادہ چکنائی کھاتے ہیں۔ ان کی غذا میں پھلوں اور سبزیوں کی مقدار بہت کم ہوتی ہے۔

اب تمام ماہرین صحت ان کی روزانہ کی غذا میں سبزیوں اور پھلوں کی مقدار میں چار سے پانچ گنا اضافے کی سفارش کر رہے ہیں۔ جبکہ ہم پاکستانی ان سفارشات کو یکسر نظر انداز کر رہے ہیں۔ اس حساب سے دیکھا جائے تو یہ بات بالکل واضح ہو جاتی ہے کہ سبزی خوروں کی غذا ہی صحت بخش ہوتی ہے کیونکہ ان کے کھانوں میں ریشے کی مقدار چکنائی کم ہوتی ہے، پھل سبزیوں کے علاوہ ثابت اناج دالیں زیادہ شامل رہتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ سبزی خور اقوام دیگر مشکلات اور مسائل کے باوجود گوشت خور ترقی یافتہ مغربی اقوام کے مقابلے میں اچھی صحت کی مالک ہوتی ہیں۔ سبزی خور چھوٹے دار امراض میں مبتلا زیادہ ہوتے ہیں لیکن مختلف مطالعات اور سروے سے یہ بات ثابت ہو گئی کہ ان میں قلب اور سرطان جیسے خطرناک امراض بہت کم ہوتے ہیں جس کی بنیادی وجہ کو لیسٹرول اور بلڈ پریشر کی کمی ہے۔ اسی طرح یہ قولون یعنی بڑی آنت اور پھیپھڑوں کے سرطان ذیابیطس، پتے کی پتھری، مثاپے اور قبض سے گوشت کھانے والوں کے مقابلے میں زیادہ محفوظ رہتے ہیں۔

ایک سوال یہ ہے کہ کیا یہ سبزی خور اقوام واقعی گوشت خوروں کے مقابلے میں زیادہ صحت مند ہوتی ہیں....؟ اور کیا ان کی اس صحت کا تعلق محض سبزی خوری سے ہے یا اس میں ان کے طرز حیات کا بھی دخل ہے....؟ نقص یونیورسٹی کے میڈیکل کالج کے طبی محقق جوناڈاڑ کا کہنا ہے کہ سبزی خوروں میں شعور صحت گوشت خوروں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے۔ ان کی اکثریت تمباکو اور شراب نوشی سے محفوظ رہتی ہے۔ ایسی صورت



غذا منتخب کیجیے جس میں مذکورہ بالا تمام اشیاء شامل ہوں جو انسان کو زندہ بھی رکھ سکے اور اسے بیمار کمزور بھی نہ ہونے دے تو آپ کا جواب کیا ہو گا....؟

جی ہاں.... آپ کا جواب درست ہے، دودھ ہی ایک ایسا جامع اور کثیر الفوائد مرکب ہے، جسے پورے

اعتماد کے ساتھ پیش کیا جاسکتا ہے، دودھ میں موجود غذائی اجزاء جسم کی غذائیت کو کافی حد تک پورا کر کے جسم کی پرورش اور بڑھوتری کا باعث بنتے ہیں۔ ٹوٹ پھوٹ کی مرمت کرتے ہیں۔ قوت و

توانائی فراہم کرنے کے ساتھ ساتھ بیماریوں سے حفاظت کرتے ہیں اور خون کی روانی کو درست رکھ سکتے ہیں۔ دودھ کی کیمیائی ساخت کا اگر جائزہ لیا جائے تو اس میں لحمیات، چکنائی، نشاستہ، کیلشیم، پوٹاشیم، فاسفیٹ، وٹامن اے، وٹامن بی اور اس کی اقسام، وٹامن سی اور فولاد موجود ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ پیدائش کے فوراً بعد انسان کا

واسطہ جس غذا سے پڑتا ہے اور جو اس کی مکمل نشوونما کرتی ہے وہ دودھ ہی ہے اور بچہ جب تک مختلف غذائیں کھانے کے قابل نہ ہو جائے دودھ ہی پر اس کا انحصار رہتا ہے۔ عمر کے کسی بھی حصے میں اگر کسی وجہ سے انسان دیگر غذائیں استعمال کرنے کے قابل نہ رہے تو دودھ اس کے لیے کافی ثابت ہو سکتا ہے۔

عام طور پر جو دودھ ہمارے ہاں

ہمارا جسم بہت سی چیزوں پر مشتمل ہے۔ یہ گوشت، ہڈیوں، پٹھوں، تھلیوں، اعصاب، انواع و اقسام کی گلیٹیوں اور اعضاء سے مل کر بنا ہے۔ ان اعضاء کی بناوٹ، پرورش اور مرمت کے لیے جدا جدا چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ مثلاً گوشت کے لیے غذا میں لحمیات (پروٹین)

درکار ہوں گے۔ ہڈیوں اور ان سے متعلقہ اعضاء کے لیے کیلشیم کی ضرورت ہوگی، جسمانی حرارت و توانائی کو برقرار رکھنے کے لیے نشاستہ اور چکنائی مطلوب ہوگی، جسم کے کاموں کو منظم رکھنے اور

امراض سے حفاظت کے لیے حیاتین (وٹامن) چاہیے ہوں گے اور خون کی روانی کے لیے پانی اور دیگر نمکیات کی ضرورت ہوگی۔ معدنیات خون بنانے اور دیگر اعضاء کی مضبوطی کے لیے ضروری ہیں۔

یہی وجہ ہے کہ قدرت نے ہماری غذاؤں میں طرح طرح کی چیزیں شامل کر دی ہیں۔ کچھ چیزوں سے ہمیں لحمیات ملتے ہیں، کچھ نشاستہ اور چکنائی فراہم کرتی ہیں اور بعض ایسی ہیں جو وٹامن، نمکیات اور معدنیات کی رسد کا ذریعہ بنتی ہیں۔

انسان کے صحت مندرہنے اور اس کے جسم کی درست نشوونما کے لیے غذا کا متوازن ہونا ضروری ہے۔ یعنی ہماری غذا میں نشاستہ، چکنائی، لحمیات، وٹامن، نمکیات اور پانی سب کو شامل ہونا چاہیے۔

اگر آپ سے کہا جائے کہ کوئی ایک ایسی

دودھ

ایک مکمل غذا



استعمال کیا جاتا ہے اس میں بھینس، گائے، بکری اور بھیڑ کا تازہ یا خشک دودھ شامل ہے۔ عرب ممالک میں اونٹنی کا دودھ بھی کثرت سے استعمال ہوتا ہے اور اس کے اپنے طبی فوائد ہیں۔

بھینس کے دودھ میں تقریباً تمام اجزاء گائے کے دودھ کے برابر ہی ہوتے ہیں مگر چکنائی کے اجزاء بہت زیادہ ہوتے ہیں جس کی وجہ سے پانی کا تناسب کم بھی ہو جاتا ہے۔ یہ زیادہ گاڑھا ہوتا ہے۔ اس سے کھویا بھی زیادہ بنتا ہے جس کی وجہ سے مٹھائی بنانے والوں کے ہاں اور چائے کے ہوٹلوں میں اس کی کچھت زیادہ ہے۔ مگر یہ دیر میں ہضم ہوتا ہے اور وہ لوگ جن کا ہاضمہ کمزور ہو، اسے ہضم نہیں کر پاتے۔ بھینس کے دودھ سے انہیں ریاخ کی شکایت ہوتی ہے یا قبض ہو جاتا ہے۔ ایسے لوگوں کے لیے گائے یا بکری کا دودھ زیادہ مناسب ہے۔

اونٹنی کا دودھ مرض استسقا (پینٹ میں پانی بھر جانا) میں مفید ہے چونکہ اس میں بعض ایسے نمکیات شامل ہوتے ہیں، جن سے پیشاب کھل کر آتا ہے اور پیشاب زیادہ آنے سے جسم میں رکا ہوا پانی خارج ہو جاتا ہے۔ اونٹنی کا دودھ امراض طحال (تلی) میں بھی مفید ہے، اسے ورم طحال میں پلانے اور پیٹ پر مختلف طریقوں اور ادویہ کے ساتھ لپ کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

بکری کا دودھ بھی بطور غذا اور دوا استعمال ہوتا ہے۔ ان لوگوں کو جنہیں بھینس یا گائے کا دودھ ہضم نہیں ہوتا، بکری کا دودھ استعمال کرنا چاہیے۔ اپنی ایک مخصوص بو کی وجہ سے اسے عام طور پر پسند نہیں کیا جاتا مگر یہ بعض دماغی اور جلدی امراض میں مفید ہے۔ دماغی امراض مثلاً جنون، مانیچولیا، سرسام، ہسٹیریا اور بے خوابی میں اسے پلانے کا مشورہ بھی دیا جاتا ہے۔ اس میں ململ کا کپڑا بھگو کر اسے سر پر رکھنا بھی باعث تسکین ہوتا ہے۔

دودھ آسانی سے ہضم ہو کر جسم کو طاقت بخشتا ہے۔ چونکہ اسے ہضم کرنے کے لیے معدے کو اسے پیٹنے اور باریک کرنے کی مشقت نہیں کرنا پڑتی۔ دودھ میں کیلشیم کی مقدار دوسری غذاؤں کے مقابلے میں بہت زیادہ ہوتی ہے۔ کیلشیم ہڈیوں کی نشوونما کے لیے لازمی جز ہے۔ یہ اس کی موجودگی سے جسم میں پیدا ہونے والے بعض تیزاب جو کہ غذا کے ہضم ہونے کے عمل کا نتیجہ ہوتے ہیں، اعتدال پر آ جاتے ہیں۔ اسی لیے معدے میں تیزابیت اور زخم معدہ کے مریضوں کو دودھ کا استعمال کرایا جاتا ہے۔ دودھ پیتے ہی معدے میں ٹھنڈک کا احساس ہو کر جلن میں آرام ہو جاتا ہے۔ تیزابیت دور کرنے کی وجہ سے ہی دودھ بچہ شایب کی جلن کو بھی رفع کرتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ دودھ میں تریاق بھی ہے یعنی زہر کے اثرات کو زائل کرتا ہے۔ وہ تمام زہر جو معدے میں خراش پیدا کرتے ہیں مثلاً سکھی یا وغیرہ، ان کے استعمال کا پتہ چلتے ہی مریض کو کافی مقدار میں دودھ پلایا جاتا ہے اور کبھی اس دودھ میں گھی بھی شامل کر لیا جاتا ہے۔ اسے پلانے کے بعد فوراً قے کرادی جاتی ہے جس میں وہ زہر خارج ہو جاتا ہے۔ شدید کمزوری اور جسم میں پانی کی کمی ہو جانے پر بھی دودھ میں شہد یا گلو کوڑ ملا کر دیا جاتا ہے جس سے کمزوری رفع ہو جاتی ہے۔ دودھ میں موجود پانی و نمکیات جسم میں پانی کی قلت کو دور کر دیتے ہیں۔ کمزور لوگوں خصوصاً بچوں کو جن میں پریشانی اور قوت کی کمی ہو دودھ میں کچا انڈا ملا کر پلانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ دائمی نزلے کے مریض گائے کے نیم گرم دودھ میں ایک کچا شہد ملا کر دو تین ماہ تک استعمال کریں تو تکلیف رفع ہو جاتی ہے۔ دودھ میں موجود کیلشیم اور وٹامن دق و سل کے مریضوں کو خصوصیت کے ساتھ فائدہ پہنچاتے ہیں۔ ان سے کھچھڑوں کے زخموں کے بھرنے میں مدد ملتی ہے۔

نیز عام صحت پر بھی اچھا اثر پڑتا ہے۔ اس لیے سل و دق کے مریضوں کو زیادہ سے زیادہ دودھ اور اس سے بنی ہوئی اشیاء استعمال کرانی جاتی ہیں۔ ہڈیوں کی دق میں بھی یہ فائدہ کرتا ہے۔

تجربات اور تحقیق سے یہ بات واضح ہوئی ہے کہ جن علاقوں میں دودھ اور اس سے متعلقہ چیزیں کثرت سے استعمال کی جاتی ہیں، وہاں کے لوگ ذہنی جسمانی اور مخنتی ہوتے ہیں اور ان کی عمریں دراز ہوتی ہیں۔

عام طور پر دودھ کو جوش دے کر پیا جاتا ہے چونکہ اس طرح دودھ کے اندر پائے جانے والے جراثیم ہلاک ہو جاتے ہیں اور جسم ان بیماریوں سے محفوظ ہو جاتا ہے مگر حال ہی میں انگلستان کی قومی مجلس تحقیقات نے یہ ثابت کیا ہے کہ دودھ کو جوش دینے یا مشین کے ذریعے حرارت پہنچا کر جراثیم ہلاک کرنے سے دودھ کے ضروری غذائی اجزاء ضائع ہو جاتے ہیں، خصوصاً وٹامن سی تو بہت تھوڑی سی حرارت بھی برداشت نہیں کر پاتا۔ اس لیے بغیر جوش دیا ہوا دودھ زیادہ فائدہ کا حامل ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ دودھ بغیر جوش دیے ہوئے پینا ہی فطری طریقہ ہے۔ بچے کا اپنی ماں سے فطری طریقے پر دودھ پینا اس کا واضح ثبوت ہے مگر اس صورت میں جانوروں کا وقتاً فوقتاً طبی معائنہ ہوتے رہنا چاہیے، ان کو امراض سے محفوظ رکھنا ضروری ہے۔ اگر کچا دودھ پینا مقصود ہو تو اسے تھن سے نکالنے کے فوراً بعد یعنی اس کے ٹھنڈا ہونے سے پہلے ہی پی لینا چاہیے، اس لیے کہ دودھ کو جراثیم بہت جلد متاثر کر دیتے ہیں، ویسے ترقی پذیر ممالک میں جہاں جانوروں کی دیکھ بھال اور ان کے باقاعدہ طبی معائنے کا فقدان ہے، دودھ کو جوش دے کر پینا ہی مناسب ہے۔



دودھ کی افادیت کا انحصار اس بات پر بھی ہے کہ وہ کس حد تک خالص شکل میں ہم تک پہنچ رہا ہے۔ ایک خطرناک صورت یہ پیدا ہو گئی ہے کہ گائے یا بھینس کا دودھ دوہتے وقت انہیں دودھ دینے پر آمادہ کرنے کے لیے ہارمون کا انجکشن لگایا جاتا ہے۔ رفتہ رفتہ اس ہارمون کے اثرات دودھ میں شامل ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور طرح، طرح کے امراض پیدا کرتے ہیں، بعض بچوں میں ضرورت سے زیادہ پھرتی اور بے چینی پائی جاتی ہے۔ یہ ہائپر ایکٹیوٹی اسی ہارمون کی مرہون منت ہے۔ اس کے علاوہ صفائی ستھرائی کا خیال رکھنا بھی بہت ضروری ہے۔ دودھ دوہنے سے قبل جانور کے تھنوں کو اچھی طرح پانی سے دھونا اور جن برتنوں میں دودھ دوہا جا رہا ہے یا ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل کیا جا رہا ہے، ان کا صاف ہونا بھی ضروری ہے۔ دودھ بڑی نازک اور جلد خراب ہو جانے والی چیز ہے۔ دودھ کو خراب ہونے سے بچانے کے لیے اکثر دودھ فروش اس میں کھانے کا سوڈا ملا دیتے ہیں، اس سے دودھ پھٹنے سے توفیق جاتا ہے مگر سوڈے کی زیادہ مقدار بھی جسم میں نت نئے عارضوں کا باعث بن جاتی ہے۔



آملہ

حیرت انگیز صفات کا پھل

آملہ پاکستان اور ہندوستان میں پائے جانے والے ایک مشہور عام درخت کا پھل ہے۔ انگریزی میں اسے (Emblie Mytoblan) کہتے ہیں۔

آملے کی دو قسمیں ہوتی ہیں۔ ایک جنگلی یا پہاڑی جبکہ دوسرا پیوندی کہلاتا ہے۔ جنگلی یا پہاڑی آملے جسامت میں پیوندی آملوں کی نسبت چھوٹے ہوتے ہیں اور ان کا عمومی وزن پانچ گرام تک ہوتا ہے جبکہ پیوندی آملے بڑے ہوتے ہیں اور ان میں اکثر تیس سے پچاس گرام تک وزنی ہوتے ہیں۔ آملہ ہندوستان کے ساحلی علاقوں جبکہ پاکستان کے گرم تر علاقوں میں پایا جاتا ہے۔

جموں، کانگڑا، پنجاب، بہار اور یوپی میں اس کی کاشت کی جاتی ہے، اب پاکستان میں بھی اس کی کاشت ہونے لگی ہے۔ اس کے تنے کی

گولائی تین سے چھ فٹ تک ہوتی ہے۔ آملہ تازہ حالت میں ہبز اور گودے دار ہوتا ہے جبکہ خشک ہونے کے بعد سیاہ ہو جاتا ہے اور دو حصوں میں

ٹوٹ جاتا ہے۔ آملے کا ذائقہ ترش اور قدرے تلخ ہوتا ہے۔

اس کا درخت درمیانے قد کا اور خوبصورت ہوتا ہے۔ خزاں میں پتے جھڑ جاتے ہیں۔ اس کے پتے بول (کیک) کے

پتوں کی طرح چھوٹے اور ہلکے سبز رنگ کے ہوتے ہیں۔ اس کے پھول سنہری مائل زرد رنگ کے ہوتے ہیں جس کے اندر بھانکھیں ہوتی ہیں۔ ان کے اندر ایک مثلث (تکونی) شکل کی لکھلی ہوتی ہے جس کو توڑنے

پر صغیر میں پانچ ہزار سال سے آملہ حکیموں اور طبیبوں کی توجہ کا مرکز رہا ہے، شاید ہی کوئی ایسا مرض جس کے علاج میں اسے استعمال نہ کیا جاتا ہو۔ کھچھڑوں کے امراض، وٹامن سی کی کمی، خون میں سیرابیت، خفقان و اسہال، زلزلہ و زناں اور بالوں کی کمزوری جیسے امراض میں اس کا استعمال بہت فائدہ دیتا ہے۔

پر اندر تین خانے ہوتے ہیں اور ہر خانے میں دو بیج ہوتے ہیں۔ اس کا گودا کیلا اور ترش و تیزابی ہوتا ہے۔

عشرت سعید

حکما اور اطباء کی اکثریت اس بات سے اتفاق کرتی ہے کہ آملہ ہندوستان میں پانچ ہزار سال سے بطور دوا استعمال کیا جا رہا ہے اور طب ہندی میں اسے ایک اہم مقام حاصل ہے اور یونان کے طبیب بھی ہندی طبیبوں کے ذریعہ ہی اس مشہور درخت کے پھل سے متعارف ہوئے۔ یورپ اور امریکہ میں آملے کی افادیت پر مسلسل تحقیق کی جا رہی ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق آملے میں سات سو سے ایک ہزار ملی گرام تک قدرتی



وٹامن سی موجود ہوتی ہیں۔ کیمیائی یا مصنوعی وٹامن سی کے مقابلے میں زیادہ موثر انداز میں جزو بدن ہوتی ہے۔ اس میں موجود کڑواہٹ یا ترشی جگر کے لیے انتہائی مفید اور کارآمد ہوتی ہے۔ وٹامن سی کی وسیع مقدار ہونے کی وجہ سے مرض اسکروٹی جو دانتوں کا مرض ہے اور اس میں مسوڑھے سوج جاتے ہیں اور ان سے خون بہنے لگتا ہے اس مرض میں آملہ کو منہ میں رکھ کر چوسنے سے مسوڑھے مضبوط ہو جاتے ہیں اور دانتوں سے خون آنا بند ہو جاتا ہے۔ آملہ خون کو صاف رکھتا ہے۔ اس سے تیزابیت کم ہوتی ہے۔ تقویت بصارت کے لیے اس کے مغز کا سالن پکا کر بھی کھایا جاتا ہے۔ تے اور پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ بواسیر اور تکسیر کے خون کو روکتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے اور خاص طور پر بالوں کی مضبوطی، چمک و تک برقرار رکھنے اور انہیں گھٹا لپا کرنے میں خصوصیات کا حامل قرار دیا جاتا ہے۔ اس کے جوشاندے سے بالوں کو دھوئے ہیں جس سے بال مضبوط اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔ اس کے استعمال سے دماغ میں انجماد خون بھی کم ہوتا ہے۔ اس کے استعمال سے ذیابیطس، پھیپھڑوں کے پرانے امراض اور نزلہ زکام جیسی بیماریوں سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ خون میں کو لیسٹرول کی مقدار بھی کم کرتا ہے۔ اس کے استعمال سے قوت مدافعت بڑھ جاتی ہے جس سے مضر بلڈ کو لیسٹرول تحلیل ہو جاتا ہے۔ علاوہ ازیں سرطان کے خطرات کو بھی کم کرتا ہے۔ آنکھوں کے اکثر امراض میں آملہ مفید بتایا گیا ہے مثلاً ماہرین کا کہنا ہے کہ آشوب چشم (آنکھیں دکھنا اور سرخ ہونا) اور نظر کی کمزوری وغیرہ دور کرنے کے لیے اگر آملہ باریک پیس کر اور اس کے وزن کے برابر شکر ملا کر روغن بادام معمولی مقدار میں شامل کر کے صبح کھانا کھانے سے قبل بیس گرام کی مقدار میں کھایا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔

آملہ کامریہ اور اچار بھی بنایا جاتا ہے۔ دھو کر چائے کے ورق میں لپیٹ کر یہ مرہ بہار منہ کھانے سے قلب کی تقویت ملتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ مرہ مخفقات اور دل کی معدے کی کمزوری کے لیے بھی فائدہ مند ہوتا ہے۔ آملہ دل کی دھڑکن میں اعتدال پیدا کرتا ہے۔ یہ پھوڑے پھنسیوں کے لیے بھی مفید ہے۔ آملے کے رس اور فلفل دراز شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے ہنگی نوراند ہو جاتی ہے جبکہ اس کی چھال قابض اور خشک ہے۔ چڑاہ رنگنے میں بھی کام آتی ہے۔ خواتین بال لیے کرتے اور انہیں خوبصورت رکھنے کے لیے لاکھوں جتن کرتی ہیں۔ مٹکے ترین شیو خریدے جاتے ہیں جو اکثر اوقات الٹا بالوں کو نقصان بھی پہنچا سکتے ہیں جبکہ روغن آملہ بالوں کے لیے انتہائی مفید اور بے ضرر ثابت ہوتا ہے۔ اگر سر کے بال سفید ہو رہے ہوں تو انہیں سیاہ کرنے کے لیے آملہ، ہڑ اور بہرہ ہم وزن مقدار میں لے کر کوٹ لیں اور رات کو کسی لوہے کی کڑا ہی یا برتن میں پانی ڈال کر اسے بھگو دیں صبح کو اس آمیزے کو اچھی طرح لگائیں اور ایک گھنٹے بعد سادہ پانی سے دھو لیں۔ بال، سیاہ، گھنے، چمکدار اور لمبے ہو جائیں گے۔

چکر آنے میں بھی آملہ بہت فائدہ مند رہتا ہے۔ اس کے لیے آملہ نو گرام، دھنیا نو گرام دونوں کو ملا کر رات کے وقت پانی میں بھگو دیں، صبح کو پانی چھان کر مصری یا شکر ملا کر بیس چند روز کے بعد فائدہ ظاہر ہو جائے گا۔ آج کل گرمی اپنے عروج پر ہے پیاس بار بار لگتی ہے۔ پیاس گرام خشک آملے کو ایک کوری ٹھلیا (مٹی کا برتن) میں ڈال کر پانی بھر کر رکھ دیں اور جب پیاس لگے تو یہ پانی پیئیں، انتہائی مفید رہتا ہے۔

آملہ ذیابیطس میں بھی مفید بتایا جاتا ہے۔

دستورِ حیات

فلک ناز

لاریز اور قنداحیت سے تیر پوریت کی لاشیون کی سرگتیں
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کریں گی۔

چکن مشرومز اینڈ چلی



اشیاء: مرغی آدھا کلو، مشرومز پندرہ بیس عدد، لال مرچ (کٹی ہوئی) ایک کھانے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، چائیز نمک آدھا چائے کا چمچ، سویا ساس دو کھانے کے چمچ، سرکہ دو کھانے کے چمچ، چینی آدھا چائے کا چمچ، پیاز (چوپ کر لیں) ایک عدد، لہسن (سلائس کاٹ لیں) چھ آٹھ عدد، کارن فلور ایک کھانے کا چمچ، دو کھانے کے چمچ پانی میں گھول لیں، تیل آدھا کپ۔

ترکیب: تیل گرم کریں مرغی فرائی کر کے نکالیں۔ اس کے بعد اس میں مشروم ڈال کر فرائی کریں لائٹ براؤن ہونے پر اس میں فرائی کی ہوئی مرغی، پیاز، مشروم، لال مرچ، نمک،

چائیز نمک، سویا سوس، سرکہ اور چینی ڈال دس سے بارہ منٹ پھر پکنے کے لیے رکھ دیں۔

کارن فلور کا مکسچر ڈال کر ہلکی آنچ پر تین سے چار منٹ پکائیں مزید اور چکن مشرومز اینڈ چلی تیار ہے۔

تندوری مرغی

اشیاء: مرغی آدھا کلو، دہی ایک پیالی، سفید سرکہ ایک پیالی، زیرہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، لال مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، کھانے کا لال رنگ چوتھائی چائے کا چمچ، کریم ایک چوتھائی پیالی، لہسن کے جوئے (کوٹ لیں) دو عدد، ادراک (چوپ کر لیں) ایک انچ کا

کٹڑا، سیاہ مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ۔ ترکیب: مرغی کو صاف کروا کر خوب اچھی طرح دھو کر خشک کر لیں، اس کے بعد



چھری سے باریکیو اسٹائل کے بڑے ٹکڑے کاٹ لیں۔

ایک بڑے پیالے میں دہی، سفید سرکہ، زیرہ پاؤڈر، کریم، لال مرچ پاؤڈر، گرم مسالہ پاؤڈر، نمک، تیل، کھانے کا لال رنگ، لہسن، ادراک اور سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر خوب اچھی طرح پھینٹیں اور اس آمیزے کو مرغی پر لگا کر خوب اچھی طرح ملیں اور آٹھ سے دس گھنٹے تک فریج میں رکھ دیں۔ اس کے بعد گوشت کو فریج سے باہر نکال کے رکھ دیں۔ کسی ہوادار جگہ پر ایک انگلیٹھی میں کوٹوں کو اچھی طرح دھکا لیں۔ سنخوں پر تیل لگا کر مرغی کے ٹکڑوں کو ان میں پرو لیں اور



گوشتوں پر سبزیوں لگا کر گولڈن براؤن ہونے تک گوشت کو سینکلیں اس دوران گوشت پر ہلکا ہلکا تیل بھی لگائیں تاکہ گوشت میں نرمی باقی رہے اس کے بعد دوسری طرف پلٹ کر گوشت کو مزید دس منٹ تک سینکلیں۔ مزید ار تندوری مرغی تیار ہے۔ سرونگ پلیٹ میں نکالیں، سلاڈ کے پتوں اور ٹماٹر سے گارنش کر کے سرو کریں۔

مرغ مسلم

اشیاء: مرغی (ثابت) دو کلو، پیاز (پسی ہوئی) آدھا کپ، پیاز ایک کپ، (سلائس کاٹ کر فرائی کر کے کوٹ لیں)، نمک حسب ذائقہ، لال مرچ پاؤڈر دو چائے کے چمچ، ہری مرچ (پسی ہوئی) ایک چائے کا چمچ، جائف، جاوتری آدھا چائے کا چمچ، سرکہ ایک

چوتھائی کپ، لیموں (رس نکال لیں) دو عدد، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دہی ایک کپ، الائچی (پیس لیں) پانچ چھ عدد، زردہ کے رنگ ایک چائے کا چمچ، مکھن ایک چوتھائی کپ، انڈا ایک عدد (اُبال کر سلائس کاٹ لیں) گاجر (چوکور ٹکڑے کر لیں) ایک عدد، آلو (چوکور ٹکڑے کر لیں) ایک عدد، مٹر (اُبال لیں) آدھا کپ، شملہ مرچ ایک عدد (چمچ نکال کر کیوبز کاٹ لیں)

ترکیب: مرغی دھو کر اس پر کٹ لگائیں۔ سوس پین میں مکھن گرم کر کے گاجر، آلو، مٹر، شملہ، مرچ ڈال کر فرائی کر لیں اور نکال کر پلیٹ میں رکھ لیں۔ پسی ہوئی پیاز اور فرائی کی ہوئی پیاز، نمک، لال مرچ، پاؤڈر، پسی ہوئی ہری مرچ، جائف، جاوتری، گرم مسالہ پاؤڈر، دہی، الائچی، زردہ کا رنگ مکس کر کے میری نیش تیار کر لیں۔ مرغی پر تیار کی ہوئی میری نیش اور لیموں کا رس اور

سرکہ لگا کر تھن سے چار گھنٹہ میرینٹ کے لیے چھوڑ دیں۔ اس کے بعد مرغی کو تقریباً آدھا گھنٹہ اسٹیم دیں اس کے بعد مرغی کے اندر فرائی کی ہوئی سبزیاں

اور انڈا بھر دیں۔ ایک بڑی کڑائی میں ایک کپ تیل گرم کر کے مرغی ڈال کر فرائی کریں۔ مزید ار مرغی مسلم چار ہے۔ سلاڈ کے ساتھ سرو کریں۔

گرین چکن قرانی

اشیاء: مرغی ایک کلو (کیوبز میں یا چمپر)، ہری مرچ بارہ عدد، ہرا دھنیا ایک گڈی، پودینہ ایک گڈی، انڈے دو عدد، نمک حسب ذائقہ، لیموں کا رس آدھا کپ، دہی ایک پیالی، لہسن ایک پیالی، تیل حسب ضرورت۔

ترکیب: ایک گہرے برتن میں مرغی دھو کر رکھ لیں، پھر ہری مرچ، دھنیے اور پودینے کی چٹنی بنا کر اس پر اچھی طرح لگا دیں۔ ساتھ ہی لیموں کا رس، اورک، لہسن کا پیسٹ اور دہی بھی پھیلت کر ملا دیں اور میری نیش کے لیے دو گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔ اس کے بعد ایک دیگی میں ساری مرغی ڈال کر پکنے کے لیے چولہے پر رکھ دیں۔ اس دوران آٹھ در میانی رکھیں۔

جب پانی خشک ہو جائے تو چولہا بند کر دیں۔ اب ایک کڑائی میں تیل گرم کریں۔ اور ایک پیالی میں انڈے پھیلت کر رکھ لیں۔ پھر مرغی کے ان ٹکڑوں کو انڈوں میں ڈبو کر کڑائی میں ڈالتی جائیں۔ گولڈن براؤن ہو جائیں تو ٹھو پیپر پر نکال کر رکھ لیں۔ لیجے مزے دار گرین چکن تیار ہے۔ چٹنی اور سبزی



رنگ پیش کریں۔

چکن کری

اشیاء: چکن ڈریڈ کلو (ٹکڑے چکن شامل کر کے مسالے کو چمچ سے لیں)، تیل دو کھانے کے چمچ، پیاز دو چلائیں اور دھیمی آٹھ پر بیس منٹ تک (باریک کٹی ہوئی)، کری پاؤڈر پکنے دیں۔ مرغی گل جائے تو آلو کے کھانے کے چمچ، لہسن دو جوئے (کٹے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے مزید پکنے، آٹا دو کھانے کے چمچ، مرغ پندرہ منٹ تک دھیمی آٹھ پر پکنے دیں۔ چکن کری تیار ہے۔

چکن بروسٹ

اشیاء: مرغی ڈریڈ کلو، دودھ آدھا کپ، باقی ماندہ تیل میں پیاز ڈال کر کلو، میدہ سات گرام، سرخ لال کر لیں، اب کری پاؤڈر، لہسن مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، آٹا شامل کر کے بھونیں جب تک کہ سوکھی ہوئی اجوائن ایک چائے کا چمچ، نمک ایک چائے کا چمچ،

کالی ہریچ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، انڈے دو عدد، ڈبل روٹی کا چورا 250 گرام، تیل دو کھانے کے چمچ، مکھن تیس گرام، تیل تیلنے کے لیے۔ **ترکیب:** ایک بڑے



۲۰۱۲ء

برتن میں مرغی، دودھ اور تھوڑا سا نمک ایک ساتھ شامل کر کے ایک گھنٹے کے لیے یا پھر رات بھر کے لیے فریج میں رکھ دیں۔

مرغی کو دودھ کے آمیزے سے نکال کر خشک کر لیں۔ میدہ، سرخ مرچ پاؤڈر، اجوائن، نمک اور کالی مرچ کو ایک ساتھ شامل کر کے مرغی پر لگا دیں۔

انڈوں کو تیل اور دو چمچ پانی ڈال کر پھیلت لیں۔ مرغی کے ٹکڑوں کو اس آمیزے میں ڈال کر ڈبل روٹی کا چورا لگا دیں۔ ایک پلیٹ میں ترتیب سے رکھتی جائیں۔ اوون کو 150 ڈگری سینٹی گریڈ پر سیٹ کر کے رکھیں۔

ایک گہرے برتن میں مکھن کو



تیل کے ساتھ شامل کر کے گرم کر لیں۔ تیل اتنا ہو کہ مرغی کے ٹکڑے ڈوبنے نہ پائیں۔ تیل میں مرغی کے ٹکڑے ڈال کر در میانی آٹھ پر دس منٹ تک تھلیں۔ تیل میں سے مرغی کے ٹکڑے نکال کر بیکنگ ڈش میں رکھ کر المونیم فوکل میں لپیٹ کر پینتا لیں منٹ تک اوون میں بیک کر لیں۔

۱۵۵

ہفت روزہ کے بغیر وزن کم کیسے؟

کے بے جا دباؤ سے بچا تدار ہوتا ہے۔

سیب اور اسٹراہیری کے علاوہ ہیر اور گوندنی میں پروٹین کی وافر مقدار موجود ہوتی ہے جو کہ پانی کو جذب کر کے خلیوں کو چربی موٹاپے کے اثرات سے پاک کر دیتا ہے۔ اگر کوئی اس بات کی خواہش رکھتا ہے کہ اپنے جسم سے موٹاپے کو نکال باہر پھینکے تو اس کے لیے قدرتی طریقہ موجود ہے۔

سبزیاں

کو شش کریں کہ جس حد تک ممکن ہو تازہ اور کچی سبزیاں استعمال کریں جبکہ بھاپ میں تیار کردہ یا جوس کی شکل میں بھی سبزیاں زیادہ سود مند ثابت ہوتی ہیں۔

گوبھی یا کرم کلہ

اس کا استعمال غدد کو اپنے کام پر آمادہ کرتا ہے خاص طور پر لہلبہ کو جہاں

بہت سارے لوگ اس دنیا میں ایسے بھی ہیں جن کے سروں کے برعکس چربی پیدا کرنے والے خلیوں کی نسبت زیادہ ہوتی ہے۔ ان کے لیے وزن کو کم کرنا اپنی وقت طلب اور بعض حالات میں ناممکن ہو جاتا ہے۔ اس لیے ترش پھل یا ان کا جوس، سیب، اسٹراہیری یا ان کا استعمال چربی پیدا کرنے والے خلیوں کے افعال کی حد تک درستگی پیدا کر سکتا ہے۔ سبزیاں اور ایسے

نئے بھی جن کے اجزائے ترکیبی میں نئے دار نباتات شامل ہوں موٹاپے خلاف جنگ میں نہایت اہم کردار ادا کر سکتے ہیں۔

ایسی سبزیاں جن میں قدرتی طور پر پیشاب آور اجزاء ہوں موٹاپے کو رفع کرنے میں معاون ہوتی ہیں۔ ایک مرتبہ چربی پیدا کرنے والے خلیوں تک پہنچ کر لیس تو ان میں ٹوٹ پھوٹ کا عمل شروع ہوتا ہے اور یہ تمام تر اضافی چربی کو آپ کے جسم سے نکال پھینکتے ہیں۔

ریشے دار غذائیں آنتوں یا انتڑیوں کے نظام پر بے اثرات مرتب کرتی ہیں۔

دنیا بھر

ماہرین غذا

بابت پر متفق

ہے کہ دماغ کی

استعمال جسم کی چربی کو نہ صرف کم کرتا ہے

بلکہ اس کی تحلیل میں بھی نمایاں کردار ادا کرتا

ہے۔ یہ جسم میں موجود کولیسٹرول کی مقدار کو

موازنہ میں مبتلا نہیں ہونے دیتا اور خلیوں کو اس

ہمارا کاپیلا لیس اور مساج

**آپ کے نونہال کے لیے پہلا تحفہ۔۔۔
مساج کیوں نہ ہو۔۔۔؟**

باجو شخصیت کو پروان چڑھانے میں اہمیت کی حامل ہوتی ہے۔ جو انٹ فیل سسٹم میں بچے کو پیار بھری گود فراہم کرنے کے لیے والدین کے علاوہ دادا، دادی اور دیگر رشتہ داروں کا کردار بھی اہم ہوتا ہے۔ کیونکہ جتنا زیادہ بچہ دوسروں کی توجہ حاصل کرے گا اتنا ہی با اعتماد ہوگا۔

مساج کے فوائد

مساج یا مالش کرنے سے بچوں کی صحت اور ذہنی و جسمانی نشوونما پر بہت خوشگوار اور مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جن میں سے اہم درج ذیل ہیں۔

- ابتدا کی مہینوں اور سالوں میں بچے کا مساج کرنے سے بچے کی جذباتی اور نفسیاتی نشوونما ہوتی ہے اور یہ مساج بہت سی نفسیاتی خامیوں کو دور کرنے میں معاون ہوتا ہے۔
- مساج سے جلد اور مصلزہ صرف مضبوط ہوتے ہیں بلکہ ان کی کارکردگی بھی بہتر ہو جاتی ہے۔

مدیوں سے مشرق ہو یا مغرب مائیں، نانیاں اور ننھے مہمانوں کے جسموں کے مساج کے لیے ہاتھ لگاتے ہیں اور یہی وہ عمل ہے جو ماں اور بچے کے جسم کو مضبوط اور توانا بناتا ہے۔

بہت سائنسی تحقیق کے مطابق ایک بچے کے لیے مساج (مالش) اتنا ہی اہم ہے جتنا کہ ماں کا دودھ۔

یہ بات بھی ثابت ہوتی ہے کہ وہ بچے کے والدین گلے سے لگا کر

صائمہ راحت

تے ہیں۔ خصوصاً زندگی کے ابتدائی مہینوں میں وہ دیگر بچوں کی نسبت زیادہ ہنس مکھ اور باتیں کرتے ہیں اور ان میں رونے کی شرح بھی کم پائی جاتی ہے۔

یہ بات بھی ثابت ہوتی ہے کہ ننھے بچوں کو ہاتھ لگایا جائے تو ان کا دل آفتی نظام متقبل میں بچوں کو بیماریوں سے محفوظ رکھنے کی طاقت دیتا ہے۔

ایک یونیورسٹی میڈیکل سینٹر کیرولینا کے ڈاکٹر نے تین نو زائیدہ بچوں میں سے دس بچوں کو ICU میں رکھا اور باقاعدہ مساج کروایا۔ پھر ان کا موازنہ دس بچوں کے کیا گیا جن کا مساج نہیں کیا گیا تھا۔ مشاہدے سے ان کے دل کی دھڑکن اور زیادہ تیز رہی اور وہ زیادہ مستعد (Active) نظر آئے۔ انہیں دیگر بچوں سے چھ دن پہلے ہی کھانا کھانا دیا گیا۔

اس کے ساتھ ساتھ باپ کی بھی بھرپور توجہ بچے کی

پیدا کرتا ہے خلیوں سے موٹاپے کے اثرات کم کرتا ہے

لہسن

لہسن جسم میں قدرتی طور پر مسٹر آئل کی صلاحیت رکھتا ہے جس کی وجہ سے لہسن اندرونی نظام کی صفائی ممکن ہوتی ہے۔ ریٹھ عام طور پر اس کے حصول کے 16 اہم ذرائع ہیں۔

سبزیاں

بھاپ پر تیار کردہ سبزیاں مکی ہوں تو زیادہ لہسن کی جڑوں والی سبزیاں مثلاً گاجر، شکر قندی اور شلجم وغیرہ۔

پھل بیجوں سمیت

اسٹرابیری، بلیک بیری، انجیر اور یاسخت چھریاں جس میں ٹماٹر اور بیٹنگن بھی شامل ہیں۔

پھلیاں

سبز پھلیاں، مٹر، سیم، لوبیا اور خشک پھل علاوہ دالیں بھی۔

بیج اور مغز

یہ بشمول سورج کھمی کے بیج، آخروٹ اور مونگ وغیرہ سے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

یاد رکھیں کہ موٹاپا تمام امراض کی جڑ ہے اور بچہ بیشتر امراض سے چھٹکارے کے مترادف ہے۔

دواؤں کا استعمال اور بعض اقسام کی دواؤں سے نجات دلا سکتی ہے۔

کیا یہ بہتر نہیں ہے کہ مناسب غذا کے ذریعے بچے کو اس سے بچا جائے۔

ہارمونز کی افزائش جسم کے ٹھوڑ کی صفائی میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔ اس سے گردوں کے افعال میں بھی درستگی پیدا ہوتی ہے۔ گو بھی اور کرم گلے میں گندھک اور آئیوڈین کی خاصی مقدار ہوتی ہے جس کی وجہ سے نہ صرف معدے بلکہ آنتوں کی صفائی کا عمل درستگی کے ساتھ کام کرتا ہے جبکہ بچے کی درمیانی رگ میں سوجن یا ورم کے خلاف جنگ بھی جاری رہتی ہے۔

گاجر

یہ کیروٹین کی فراہمی کا ایک سب سے اہم ذریعہ ہے جو کہ وٹامن اے کی ایک قسم ہے اور زندہ خلیوں میں مجموعی کیمیائی تبدیلیوں کے افعال میں تیزی پیدا کرتی ہے جبکہ جسم کے دیگر نظام بھی اس کا فائدہ اٹھاتے ہیں۔

اجوائن

ہمارے ہاں اجوائن کا استعمال عموماً مسالوں یا ادویات میں کیا جاتا ہے یہ دلدلی مقامات پر اگنے والا ایک ایسا پودا ہے جس کے ڈھنسل کچے یا پکا کر کھائے جاتے ہیں اور اس میں میٹھیم وافر مقدار میں موجود ہوتی ہے جس سے اندرونی غدود کی ریزش کو توانائی حاصل ہوتی ہے جبکہ میٹھیم اور آئرن کی وجہ سے خون میں قوت پیدا ہوتی ہے۔

کھیر یا ککڑی

اس میں گندھک اور سلیکون (ایک غیر دھاتی عنصر) کی آمیزش ہوتی ہے جس کی وجہ سے گردوں میں یورک ایسڈ کی صفائی ہوتی۔

رہتی ہے۔ کھیرے یا ککڑی میں پوٹاشیم کی بھی کافی مقدار ہوتی ہے اور یہ

ایک ایسا جڑ ہے جو کہ غدود کے افعال میں بہتری



گھر کا معالج

ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے لیے کئی ادویات اور کسی انسٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفا خانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

ضروری ہے لیکن اس امر پر سب متفق ہیں کہ کم سونا یا نیند میں بے قاعدگی کسی بھی انسان کی ذہنی اور جسمانی کارکردگی کو بری طرح متاثر کرتی ہے۔ اچھی نیند انسان کے مدافعتی نظام میں بیماری کے خلاف لڑنے کی صلاحیت کو برقرار رکھتی ہے اور ذہنی اعصابی نظام کو احسن طریقے سے کام سرانجام دینے میں مدد کرتی ہے۔ رات بھر کی پرسکون نیند بچوں میں سیکھنے کے عمل کو تیز کرتی ہے اور خلیات کی افزائش کے لیے ضروری ہے۔

ذہنی اور جسمانی مستعدی کے لیے کتنی نیند درکار ہے؟ اس کا انحصار کئی عوامل پر ہوتا ہے مثلاً کام کی نوعیت وغیرہ شیر خوار بچے ایک دن میں سولہ گھنٹے تک سو سکتے ہیں۔ نوجوان بچوں کے لیے نو گھنٹے اور بالغ افراد کے

آپ بے حد تھکے ہوئے ہیں اور چاہتے ہیں کہ گہری نیند لی جائے لیکن آپ کے اعصاب کو آرام بخشنے لیکن آپ کی آنکھیں نہیں رہتی اور اگر آج بھی جائے تو بھی آپ کو نیند دورانیے کے لیے ہی سو پاتے ہیں۔

طبی ماہرین کے مطابق نیند سے متعلق تقریباً سترہ قسم کے عوارض اس وقت لوگوں کو لاحق ہیں۔ صرف امریکہ میں ہی چالیس لاکھ کے قریب لوگ مستقل طور پر نیند نہ آنے کے عارضے میں مبتلا ہیں اور تقریباً بیس لاکھ لوگ نیند آنے کی وجہ سے عارضی طور پر اس مسئلے کا سامنا کرتے ہیں۔

ماہرین ابھی تک صحیح طور پر معلوم کرنے میں ناکام ہیں کہ انسانی جسم کے لیے نیند کیوں

تیل، وٹامن ای، سرسوں اور زیتون کا تیل بہترین ہیں۔ اس کے علاوہ Baby Oil یا لکڑی بھی مساج کیا جاسکتا ہے۔ لیکن اس کی نسبت تیل مساج کرنا زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ کیونکہ تیل کی نسبت جلدی جسم میں جذب ہو جاتا ہے۔

بچوں کی جلد بے حد حساس اور نازک ہوتی ہے اس لیے اس بات کا خیال رکھنا ہے کہ ضروری ہے کہ چیز سے مالش کر رہی ہیں؟ ایک مرتبہ مالش ضرور دیکھیں کہ اس تیل کے استعمال سے کوئی الرجکشن تو نہیں ہوا۔ مساج کے بعد بچے کی کمر اور پیٹ ساتھ نیم گرم پانی کی بوتل رکھنے سے وہ بے حد محسوس کرتا ہے۔

مساج یا مالش کب کریں؟ بچوں کے جسم کا مساج روزانہ کرنا بہت ضروری ہے۔ اس کے لیے ہمیشہ اس وقت کا انتخاب کریں کہ آپ خود بھی پرسکون ہوں اور بچہ بھی اس عمل کے تیار دکھائی دے۔ مثلاً بچہ جب سو کر اٹھے تو اس کو اس کی ہلکی دھوپ میں لٹا کر مالش کرنی چاہیے۔ دھوپ سے وٹامن ڈی حاصل کر سکے اور یوں اس کا آغاز بھی خوشگوار طریقے سے ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ رات کو سوتے وقت مساج کرنا بے حد مفید ہے خصوصاً ان بچوں کے لیے جو رات بھر گھبراہٹ کی بیماری میں مبتلا ہیں۔ کیونکہ مالش کے بعد پرسکون اور گہری نیند سو جاتا ہے۔

استھیمیا کے مریض بچوں کے لیے بھی رات کو مساج کرنا فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔

نہانے سے پہلے مساج کرنا مفید ہے لیکن نہانے کے بعد بھی مساج کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔

❖ جسم کے خود کار نظام مثلاً نظام انہضام اور نظام دوران خون کو بھی درست رکھتا ہے۔

❖ مساج سے بچے کو جسمانی آرام ملتا ہے۔ بچے تھکاؤ میں مبتلا نہیں ہوتا اور پرسکون نیند سوتا ہے، جس سے بچے کی صحت اچھی ہوتی ہے۔

❖ سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ مساج بچے اور والدین کے درمیان محبت کو بڑھاتا ہے کیونکہ یہ وہ عمل ہے جس میں وہ اپنی ماں کی مسکراہٹ Eye To Eye Contact آواز اور پرسکون ماحول پاتا ہے۔

❖ مساج بیمار بچوں کی بیماریوں کو بھگانے کے لیے بھی ایک مفید عمل ہے۔

مساج کیسے کریں؟

بچے کی پیدائش کے چند ہی دنوں بعد جب اس کی اول نال ٹھیک ہو جائے تو اس کی مالش یا مساج کرنے کا آغاز کر دینا چاہیے۔ اس دوران درج ذیل باتوں کا خیال رکھیں۔

❖ پہلے اس بات کو یقینی بنالیں کہ بچے کا جسم گرم ہے اور کمرے کا درجہ حرارت بھی معتدل ہے۔

❖ مساج کے لیے بچے کو بستر پر سیدھا لٹا دیں یا زمین پر چٹائی، کپڑا یا Mat بچھالیں۔ اپنے لیے بھی آرام وہ نشست کا اہتمام کریں۔

❖ ابتدا میں بچے کے جسم کا ہلکا پھلکا مساج کر دینا بھی کافی ہے مگر جب بچہ چار ماہ کا ہو جائے تو جسم کے مختلف حصوں کا مساج خاص طریقے سے کرنا ضروری ہو گا۔ مثلاً پیشانی، گالوں اور گردن کا مساج، ہتھیلی کے مختلف حصوں سے کرنا چاہیے۔ سینے، کمر اور پیروں کا مساج ذرا سخت ہاتھ سے کرنا چاہیے۔ پانچوں انگلیوں کی مدد سے سر کو تیز تیز سہلانے سے سر میں دوران خون تیز ہوتا ہے۔ ہاتھوں اور پیروں کا مساج کرتے ہوئے ہاتھ اور پیر کی ورزش کو بھی معمول بنالیں۔ مساج کے لیے روغن بادام، سورج مکھی کا

پاکستان میں اموات کا سب سے بڑا سبب

پاکستان میں اموات کا سب سے بڑا سبب ہارٹ ایٹک، میپانائٹس، ڈیپریشن، بلڈ پریشر، شوگر، کینسر اور دیگر بیماریاں ہیں۔ یہ سبب اموات کی شرح میں اضافہ کر رہے ہیں۔ قدرتی آفات اور حادثات کو روکا نہیں جاسکتا۔ تاہم ایسے واقعات میں جتنی دیر جلد طبی امداد ملے گی، اتنی ہی امید ہے۔ قدرتی آفات اور حادثات کو روکا نہیں جاسکتا۔ تاہم ایسے واقعات میں جتنی دیر جلد طبی امداد ملے گی، اتنی ہی امید ہے۔

میں نیچے جانے والی بلچھ پینے، چلنے یا کھانے سے مر جاتے ہیں یا کوئی دل کے دورے یا ایسی ہی کسی مرض کی وجہ سے انتقال کر جاتا ہے۔ ہمارے ہاں ایسے لوگوں کی جان اس لیے بھی نہیں بچائی جاتی کہ ان کے آس پاس موجود کسی بھی فرد کو ابتدائی یا فوری طبی امداد نہیں آتی یا حادثے کے بعد سے اسپتال پہنچانے تک کے عرصے کے دوران میں متاثرہ شخص کو طبی امداد دینے کے بارے میں ہمارے کئی عام ڈاکٹر بھی مناسب تربیت یافتہ نہیں ہوتے۔ طبی ماہرین کے مطابق اگر کھانا کھاتے ہوئے کسی کے حلق میں کوئی چیز پھنس جائے، کسی کی کوئی اہم رگ کٹ جائے یا کوئی غلطی سے کوئی زہریلی چیز پی لے تو بہت آسانی سے اس کی جان بچائی جاسکتی ہے بشرطیکہ متاثرہ شخص کے آس پاس کوئی فرسٹ ایڈ جانتا ہو۔ مگر عام لوگ ابتدائی طبی امداد سے متعلق بہت کم جانتے ہیں۔ ان وجوہات کے سبب حادثے کے

کیا آپ جانتے ہیں پاکستان میں اموات کا سب سے بڑا سبب کیا ہے.... ہارٹ ایٹک، میپانائٹس، ڈیپریشن، بلڈ پریشر، شوگر، کینسر یا ٹریفک حادثات ان میں سے کوئی بھی نہیں بلکہ ہمارے ملک میں ہونے والی اموات کا سب سے بڑا سبب ابتدائی طبی امداد کی عدم فراہمی ہے۔ آج کا انسان پہلے سے زیادہ غیر محفوظ اور سانحات اور حادثات میں گھرا نظر آتا ہے۔ پاکستان میں پچھلے عشروں میں پیش آنے والے سانحوں میں دیابیس، خشک سالی، سیلاب، زلزلے، طوفان، عوامی تنازعات، فسادات، ٹریفک اور ٹرین کے حادثات کئی متاثرین کو اگر فوری طور پر صحیح ابتدائی طبی امداد مل جاتی تو وہ بعد میں ملنے والی بہتر امداد سے کہیں بہتر ثابت ہو سکتی تھی۔ بے شمار قیمتی جانیں ضائع ہونے سے محفوظ رہ سکتی تھیں۔ اعداد و شمار کی رو سے ہر سال بے شمار زخمی پہلے گھنٹے (Golden Hour) میں فوری طبی امداد نہ ملنے کی وجہ سے مر جاتے ہیں۔

اخبارات ایسی خبروں سے بھرے ہوتے ہیں جن کے آخر میں لکھا ہوتا ہے کہ ٹریفک حادثے کے بعد فلاں زخموں کی تاب نہ لا کر ہلاک ہو گیا۔ گھروں میں بچے شربت کی بوتل سے



مطابق سیٹ کرتا ہے اور اندھیرا ہوتے ہی یہ لپک کر دماغ کو سونے کے پیغامات بھیجنا شروع کر دیتا ہے۔
..... نباتاتی بوٹیاں یا خوشبوؤں سے علاج ہر انسومینیا (نیند کی کمی) کے مریضوں کے علاج میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ قدرت کے نظام میں رات آرام لینے پر مبنی گئی ہے۔ سونے کے وقت سونا اور علی (جی) کی ذہنی اور جسمانی مستعدی کے لیے بہت ضروری ہے۔ قدرت سے انحراف مت کیجیے۔ راتوں کو بلاوجہ جاگ کر اس نظام کو بغاوت کا موقع مت دیں۔ بصورتیکہ اگر بھی ان لوگوں میں شامل ہو سکتے ہیں جن کے حصے میں یہ خواب راتیں آتی ہیں۔

آئیے! نیند کی کمی یا بے خوابی کے مرض سے بچنے کے لیے پھلوں اور عام روزمرہ استعمال کی اشیاء سے مدد لیتے ہیں۔

..... ایک چمچ شہد ایک چمچ لیموں کا رس ملا کر رات کو یہ مرکب دو چمچ پینے سے نیند آ جاتی ہے، نیند کھل جاتی ہے دوبارہ دو چمچ پینے سے نیند پھر آ جاتی ہے، لیموں نہ ہو تو تھوڑے کے گلاس میں شہد کے دو چمچ ڈال کر پینے سے نیند آ جاتی ہے۔

..... گاجر میں متوازن غذا کے عنصر ہوتے ہیں، اس سے بے خوابی دور ہوتی ہے۔ روزانہ ایک گلاس گاجر کا رس پیئیں۔

..... رات کو سونے سے قبل دودھ سے بنا کھویا یا کھانا گرم کھانے سے نیند اچھی آتی ہے۔

..... دس گرم سونف، آدھا لیٹر پانی میں ابالیں۔ چوتھائی پانی رہنے پر چھان کر 250 گرم دودھ ہندو گرام گھی اور چینی ملا کر سوتے وقت پیئیں۔

..... گرم پھل کا استعمال نیند کی کمی میں مفید بتایا جاتا ہے۔ یہ پھل کا پھل اور دوا کی دوا ہے۔



لیئے سات سے آٹھ گھنٹے کی نیند ان کی جسمانی ضروریات کے لحاظ سے کافی ہوتی ہے۔ معمر افراد کو اگرچہ اتنی ہی نیند کی ضرورت ہوتی ہے جتنی کہ ایک نوجوان بالغ بچے کو لیکن عموماً وہ مختصر وقفوں کے لیے سوتے ہیں اور بہت دیر تک گہری نیند کے مرحلے میں نہیں رہتے۔ بیسٹھ سال سے زائد عمر کے تقریباً پچاس فیصد بزرگ نیند کے کسی نہ کسی عارضے میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

..... اپنا ایک نظام الاوقات مقرر کر لیجیے اسی کے مطابق ہر روز سونے اور جاگنے کو اپنا معمول بنائیں حتیٰ کہ چھٹی کے دن بھی اسی پر عمل کریں۔

..... ہر روز ورزش کریں لیکن سونے سے پہلے ورزش سے گریز کیجیے ورزش کا بہترین وقت صبح اور سہ پہر کا ہے تاہم رات کے کھانے کے بعد ہلکی چھل قدمی معدے کو بوجھل ہونے سے بچاتی ہے۔

..... چائے، کافی، سگریٹ نوشی اور الکوحل سے پرہیز کریں۔ ایسی اشیاء جن میں کیفین موجود ہو ان کا استعمال سونے سے کم از کم چھ گھنٹے قبل کر لینا چاہیے تاکہ دوران خون میں ان کے اثرات کم ہو جائیں۔

..... اپنے آپ کو پرسکون کرنے کے لیے سونے سے پہلے کچھ ایسے معمولات اپنائیں جو کہ نیند لانے میں مددگار ہوں مثلاً گرم پانی سے غسل کرنا یا کسی اچھی سی کتاب کا مطالعہ کرنا مفید ہو سکتا ہے۔

..... سونے کے کمرے کو آرام دہ بنائیے۔ بہت ٹھنڈا یا گرم کمرہ بھی نیند میں خلل ڈالنے کا باعث بنتا ہے۔

..... بیڈ روم سے ٹی وی اٹھا دیجیے جب آپ کو نیند آرہی ہو تو زبردستی اپنے آپ کو مت جگائیے۔

..... اپنے آپ کو سورج کی روشنی کی موجودگی میں جاگنے کا عادی بنائیں۔ اٹھتے ہی کمرے کے پردے یا بلائینڈ ہٹا دینے سے ٹائمز کلاک اپنے آپ کو اس روشنی کے

آپ کی صحت سے متعلق طبی مشورے

نیمبل ٹینس اور بھاگ دوڑ وغیرہ۔ اب فٹ بال ٹیمیل ٹینس اور بھاگ دوڑ تو بالکل ہی ختم ہو گئے ہیں۔ البتہ چھٹی والے دن کچھ گلیوں میں کرکٹ نظر آتی ہے۔ ان ڈور گیم اور سارا دن کمپیوٹر کے آگے بیٹھے رہنے سے بڑوں اور بچوں کا وزن تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ اس پر ستم یہ ہے کہ ہم مرغی غذا کھانے کے بھی شوقین ہیں۔ بریانی، قورمہ، کڑائی، فاسٹ فوڈ، کولڈرنک، آئس کریم، کیک بھی شوق سے کھایا جاتا ہے۔ جس سے وزن تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ بات یہ ہے کہ ہم رہتے تو شہر میں ہیں لیکن ہمارا کھانا پینا گاؤں کے محنتی لوگوں کی طرح ہے۔ وہ اگر گھی، مکھن، دودھ پیتے ہیں تو بھائی وہ سخت محنت بھی کرتے ہیں جس کی وجہ سے ان کا جسم موٹا نہیں بنتا نہیں ہوتا۔

اگر ہم نے اب بھی اپنے معمولات کو تبدیل نہیں کیا تو موٹاپے کی وجہ سے بہت ساری دیگر بیماریوں میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ ہماری خواتین اور حضرات کو چاہیے کہ وہ روزانہ صبح جلد بیدار ہو

آج سے پچیس چالیس سال پہلے کی زندگی میں زیادہ تر لوگ صحت مند مطمئن نظر آتے تھے۔ رات کو جلدی سونا اور صبح جلدی بیدار ہونا لوگوں کے معمول میں تھا۔ سانس ترقی کا دور شروع ہوا اور رفتہ رفتہ انسانی زندگی کے معمولات کو مشینوں نے سنبال لیا۔ زندگی کے زیادہ تر کام ایک مین دہانے سے ہونے لگے۔ ٹی وی، کیبل، انٹرنیٹ نے روزمرہ

کے کئی کاموں کو ایک جگہ سمو کر رکھ دیا۔ جس کے نتیجے میں خواتین اور حضرات آہستہ آہستہ اپنی ڈیلی ایکٹیویٹی سے دور ہونے لگے۔ گھر کی خواتین نے بچن میں امریکن بچن بنا لیا۔ کچھ دن کام کیا اس کے بعد کیونکہ زیادہ کھڑے ہو کر کام کرنے کی عادت نہیں ہوئی اس لیے کھانا پکانے کے لیے خانسامہ اور صفائی ستھرائی کے لیے ماسی رکھ لی۔ خود سارا دن ٹی وی کے سامنے یا فون پر باتیں ہونے لگیں۔ بچن میں بیٹھے کر کام کرنا، چلنا پھرنا، گھر کی صفائی خود کرنے سے جسم سٹول اور اسلٹ رہتا تھا۔ ضرورت سے زیادہ آرام دہ زندگی سے وزن بڑھنے لگا اور زیادہ تر خواتین موٹاپے میں مبتلا ہونے لگی ہیں۔ آفس کے کئی کاموں میں بھی جسمانی حرکات نہ ہونے کے برابر ہیں جس کی وجہ سے ورکنگ لیڈرز بھی موٹاپے کی طرف مائل ہو رہی ہیں۔

اس طرح مردوں میں بھی آرام طلبی اور محنت مشقت کے کام نہ کرنے سے ان کا وزن بڑھنے لگا ہے۔ پہلے زیادہ تر گیم آؤٹ ڈور ہوتے تھے۔ مثلاً کرکٹ، فٹبال،



ہنگامی صورت حال میں آپ یا آپ کے کسی گھر والے کو زخم لگ سکتا ہے، جل سکتے ہیں یا دوسری چوٹیں لگ سکتی ہیں۔ اگر آپ کے پاس یہ بنیادی سامان ہو تو اپنے عزیزوں کو چوٹ لگنے کی صورت میں آپ ان کی مدد کرنے کے لئے بہتر طور پر تیار ہو سکتے ہیں۔ معمولی زخموں کے علاج کی معلومات سے ہنگامی صورت حال میں بہت فزٹی پڑ سکتا ہے۔ ابتدائی طبی امداد کی کلاس لینے کے متعلق سوچیں، لیکن محض مندرجہ ذیل اشیاء سے بھی خون کے بہنے اور جراثیم زدگی کے پھیلنے کی روک تھام اور آلودگی سے پاک کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

آپ کے پاس کیا ہونا چاہئے: دو جوڑی لیٹکس یا دستانے، صاف ستھری پٹیاں بستے ہوئے خون کو روکنے کے لئے۔ صفائی کے لئے محلول، صابن اور چھوٹے ہتھیلی یا یوٹک تولیے۔ جراثیم زدگی کی روک تھام کے لئے اینٹی بائیوٹک یا جلے کا مرہم۔ آنکھ دھونے کا محلول۔ تھرمامیٹر اور دستیاب طبی سامان جیسے کہ شوگر اور بلڈ پریشر چیک کے آلات اور سامان۔ اس کے علاوہ ڈاکٹری نسخہ کے مطابق روزمرہ کی ادویات جو آپ روزانہ لیتے ہیں، جیسے کہ انسولین، دل کے امراض کی دوا اور دماغ کے انہیلر۔ ایکسپائر ادویات کو وقتاً فوقتاً بدلتا چاہئے۔

آپ کے کٹ میں مندرجہ ذیل اشیاء کی شمولیت فائدہ مند ہو سکتی ہے: قینچی، پٹرولیم جیل یا اینٹی سپیک کریم، دستیاب ادویات مثلاً اسپرین یا درد کم کرنے کی دوا، قبض و پیش روکنے، پیٹ کی خرابی اور تیزابیت کی ادویات۔

اس میں حادثہ کی صورت میں ماہرین کے پہنچنے تک فوراً رسپانس اور زندگی بچانے کے اقدامات کئے جاتے ہیں۔ ابتدائی طبی امداد سے متعلق لوگوں کو آگاہی فراہم کر کے ہر سال دنیا میں ہونے والی لاکھوں ہلاکتوں کو روکا جا سکتا ہے۔ اس ضمن میں عالمی سطح پر حکومتوں کو جاننے والا عمل اختیار کرنا چاہئے۔

فوری بعد کا قیمتی وقت ضائع ہو جاتا ہے اور اس وجہ سے لوگ عام طور پر جائے حادثہ یا اسپتال کے راستے میں ہی دم توڑ دیتے ہیں۔ طب کے شعبے سے تعلق رکھنے والوں کے ساتھ ساتھ اگر عام لوگوں کو بھی فرسٹ ایڈ کی تربیت دی جائے تو کئی قیمتی جانیں بچانے میں مدد مل سکتی ہے۔ ہر سال کی طرح اس سال بھی ماہ ستمبر کے دوسرے ہفتے 14 ستمبر کو پاکستان سمیت دنیا بھر میں ورلڈ فرسٹ ایڈ ڈے منایا جا رہا ہے۔ یہ دن منانے کا بنیادی مقصد ابتدائی طبی امداد کی تربیت، زخمیوں اور انسانی جانوں کو بچانے کے حوالے سے اس کی اہمیت کو اجاگر کرنا ہے۔

ابتدائی طبی امداد کے عالمی دن کے موقع پر روزمرہ کے حادثات میں ابتدائی طبی امداد فراہم کرنے والے لوگوں اور رضا کاروں کی خدمات کو خراج تحسین پیش کیا جاتا ہے۔ انٹرنیشنل فیڈریشن آف ریڈ

کراس اور ریڈ کراس اور حلال احمر سوسائٹیز دنیا میں ابتدائی طبی امداد فراہم کرنے والے اداروں کی طرف سے اس موقع پر خصوصی پیغام جاری کیا جاتا ہے کہ لوگ کسی نہ کسی موقع پر حادثہ کا شکار ہو سکتے ہیں لیکن ابتدائی طبی امداد کی بروقت فراہمی سے کئی زندگیوں کو بچایا جاسکتا ہے۔

ابتدائی طبی امداد سے شرح اموات میں کمی نہ صرف قدرتی آفات بلکہ روزمرہ کی زندگی میں بھی لائی جاسکتی ہے۔

قد آنی انسانیکلوپیڈیا



قدر آن پاک رشاد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ قدر آنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو احبستامی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

بلی

بلی عربی زبان میں حرف تصدیق ہے اور لفظ بعد (ہاں) کے معنی دیتا ہے۔ اکثر استفہام (سوال) کے بعد آتا ہے اور ایجابی معنوں کے لیے مخصوص ہے، خواہ اس سے پہلے سوال مثبت ہو یا منفی۔ مثال کے طور پر اقامۃ زیند (کیا زیند کھڑا ہے؟) کے جواب میں بلی کے معنی ہیں ”ہاں“ اور اقامۃ زیند (کیا زیند نہیں کھڑا ہے؟) کے جواب میں بھی بلی کے معنی ایجاب کے ہی ہیں، یعنی ہاں زیند کھڑا ہے۔

امام راغب اصفہانی کتاب المفردات میں فرماتے ہیں کہ ”بلی حرف ایجاب ہے اور پہلی بات میں نفی کی تردید کے لیے آتا ہے جیسا کہ آیت (وَقَالُوا لَنْ نَعْتَنَّبَكَ النَّكَاهُ إِلَّا أَتَيْنَا مَعْنَدُودَةً) اور کہتے ہیں کہ (دوزخ کی) آگ ہمیں چند روز کے سوا کچھ ہی نہیں سکے گی) کے بعد فرمایا ہے (بلی من کسب سبیئۃ وأخاطط بہ عظیمۃ فأولیک أضحاب النار۔ لھذ خبیئۃ غالدون) اکیوں نہیں! جو برے کام کرے اور اسکے گناہ اس کو گھیر لیں تو ایسے لوگ دوزخ والے ہیں وہ ہمیشہ اس میں رہیں گے، یا اس استفہام کے جواب میں آتا ہے جو نفی پر واقع ہو۔ (السنث یزینکم قالوا بلی) کیا میں تمہارا پروردگار نہیں ہوں؟ وہ کہنے لگے کیوں نہیں؟“ قرآن مجید میں یہ لفظ یا کس (22) مرتبہ آیا ہے۔

ترجمہ: ”اور جب تمہارے پروردگار نے بنی آدم سے یعنی ان کی بیٹیوں سے انکی اولاد نکالی تو ان سے

قد	وزن (پونڈ میں)	وزن (کلو گرام میں)
چار فٹ دس انچ	96 سے 115 پونڈ	43 سے 52 کلو گرام
چار فٹ گیارہ انچ	99 سے 119 پونڈ	50 سے 54 کلو گرام
پانچ فٹ	102 سے 123 پونڈ	46.25 سے 55 کلو گرام
پانچ فٹ ایک انچ	106 سے 127 پونڈ	48 سے 57.5 کلو گرام
پانچ فٹ دو انچ	109 سے 131 پونڈ	49.5 سے 54.5 کلو گرام
پانچ فٹ تین انچ	113 سے 135 پونڈ	51.25 سے 61.25 کلو گرام
پانچ فٹ چار انچ	116 سے 140 پونڈ	52.5 سے 63.5 کلو گرام
پانچ فٹ پانچ انچ	120 سے 144 پونڈ	54.5 سے 65.25 کلو گرام
پانچ فٹ چھ انچ	124 سے 148 پونڈ	56.25 سے 67 کلو گرام
پانچ فٹ سات انچ	127 سے 153 پونڈ	57.5 سے 69.3 کلو گرام
پانچ فٹ آٹھ انچ	131 سے 158 پونڈ	59.5 سے 71.5 کلو گرام
پانچ فٹ نو انچ	135 سے 162 پونڈ	61.25 سے 73.5 کلو گرام
پانچ فٹ دس انچ	139 سے 167 پونڈ	63 سے 75.75 کلو گرام
پانچ فٹ گیارہ انچ	143 سے 172 پونڈ	64.75 سے 78 کلو گرام
چھ فٹ	147 سے 177 پونڈ	66.5 سے 80 کلو گرام

بعد موٹاپا کم کرنے کے لیے ایک نسخہ تجویز کیا تھا۔ عظمی دواخانے میں بے شمار افراد نے اس نسخے کے مفید اثرات کی تصدیق کی ہے۔ اب گزشتہ آٹھ دس سال سے قدرتی اجزاء پر مشتمل یہ نسخہ ہر مل ٹیبلیٹ مہرلین کے نام سے بازار میں دستیاب ہے۔ موٹاپا کم کرنے میں مہرلین کا استعمال بہت مفید رہا ہے۔

کر کم از کم پینتیس منٹ کی واک ضرور کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ گھر میں دس سے پندرہ منٹ کی ہلکی پھلکی ورزش کریں (جیسے کہ اسکول میں صبح کے وقت بچوں کو پانی پنی کرانی جاتی ہے)۔

خواتین گھر کے کام کا کچھ ایسا حصہ اپنے ذمے لے لیں جس سے ان کے جسم کی حرکت میں تیزی آتی رہے۔ گھر میں کھانے پینے کا ایک شیڈول بنالیں۔۔۔ روزانہ ناشتہ تبدیل کیا جائے۔ غذا میں پکائی اور میٹھی اشیاء کا استعمال کم از کم کیا جائے۔

مرد حضرات واک کے ساتھ ساتھ ورزش اور آکٹ ڈور گیم کی طرف بھی توجہ دیں کم از کم روزانہ آدھے گھنٹے کی بھاگ دوڑ سے انہیں کافی فائدہ ہوگا۔ جب جسم ایکٹو رہے گا تو خود سے کام کرنے کو دل کرے گا۔ اس طرح گھر کے کئی کام جو سستی اور کاہلی کی وجہ سے نہیں ہو رہے تھے اب آپ انہیں آسانی سے کر سکتے ہیں۔

خواتین و حضرات کی آسانی کے لیے ایک چارٹ پیش کیا جا رہا ہے جس کی مدد سے آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ آپ کے قد کے حساب سے آپ کا وزن کتنا ہونا چاہیے۔ اس وقت جو وزن آپ کا ہے وہ صحیح ہے یا آپ موٹاپا کی حدود میں کھڑے ہیں۔

خواتین و حضرات کے لیے وزن کم کرنے کے لیے آسان گھریلو علاج تجویز کیا جا رہا ہے۔ روزانہ صبح نہار منہ ایک کپ گرم پانی میں ایک کھانے کا چمچ شہد و ڈال کر اس میں ایک عدد چھوٹا کاغذی لیموں کا رس پھونک کر اچھی طرح حل کر کے پیئیں۔

ڈاکٹر و قاریوسف عظمی نے کئی سال کی تحقیق کے

خود ان کے مقابلے میں اقرار کرالیا (یعنی ان سے پوچھا کہ) کیا میں تمہارا رب نہیں ہوں؟ وہ کہنے لگے کیوں نہیں! (نبی) ہم گواہ ہیں (کہ تو ہمارا پروردگار ہے) یہ اقرار اس لیے کر لیا تھا کہ قیامت کے دن کہنے لگو کہ ہم کو تو اس کی خبر ہی نہ تھی۔“ (سورہ اعراف: 142)

تفسیر ابن کثیر میں تحریر ہے کہ روز اول میں اللہ تعالیٰ نے اولاد آدم سے اس بات کا اقرار لیا کہ رب، خالق، مالک، معبود صرف وہی ہے۔ اسی فطرت پر پھر دنیا میں ان سب کو ان کے وقت پر اس نے پیدا کیا۔ یہی وہ فطرت ہے جس کی تہذیبی و علمی ہے۔ اسی مفہوم کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس طرح بیان فرمایا ہے کہ ہر بچہ فطرت پر پیدا ہوتا ہے پس اس کے ماں باپ اس کو یہودی یا نصرانی یا مجوسی بتا دیتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے جب یہ کائنات بنائی تو اوست ہو چکا تھا کہ اس بات کا اقرار کر لیا کہ خالق، مخلوق ہو اور میں خالق۔ لیکن جب انسان اپنی نادانی سے شعوری حواس کو اپنے اوپر مسلط کر بیٹھا تو وہ اس وعدے کو بھول گیا اور اس نے اپنی ساری زندگی کو شعور کے اندر مقید کر دیا۔ قرآن پاک کے الفاظ ”الست ہو بکم“ اور ”قالو بلی“ کے معانی اور مطلب ہماری رہنمائی اس طرح کر رہے ہیں کہ ازل میں مخلوق نے اللہ کریم کی آواز سنی، اللہ کریم کی آواز سن کر اللہ کریم کو دیکھا اور اللہ کریم کو دیکھنے کے بعد مخلوق ہونے کا اعتراف کیا۔ اس آیت مبارکہ کی رو سے تخلیق کا منشا یہ ہوا کہ اللہ کریم یہ چاہتا ہے کہ مخلوق اس عہد کو پورا کرے جو اس نے اللہ کریم کی آواز سن کر اور اللہ کریم کو دیکھ کر کیا تھا۔

ترجمہ: ”کیوں نہیں (نبی)! جو برے کام کرے اور اسکے گناہ اس کو گھیر لیں تو ایسے لوگ دوزخ (میں) جانے والے ہیں (اور) وہ ہمیشہ اس میں (جلتے) رہیں گے۔“ (سورہ بقرہ: 81)

ترجمہ: ”کیوں نہیں (نبی)! جو شخص خدا کے آگے گردن جھکا دے اور وہ ٹیکو کار بھی ہو تو اس کا صلہ اس کے پروردگار کے پاس ہے اور ایسے لوگوں کو نہ کسی طرح کا خوف ہو گا اور نہ غم۔“ (سورہ بقرہ: 112)

ترجمہ: ”اور جب ابراہیم نے کہا کہ اے پروردگار مجھے دکھا کہ تو مردوں کو کیسے زندہ کرے گا خدا نے فرمایا کیا تو نے یقین نہیں کیا؟ انہوں نے کہا کیوں نہیں (نبی)! لیکن (میں دیکھنا) اس لیے (چاہتا ہوں) کہ میرا اول اطمینان حاصل کر لے۔“ (سورہ بقرہ: 260)

ترجمہ: ”بھلا جس نے آسمانوں اور زمین کو پیدا کیا کیا وہ اس بات پر قادر نہیں کہ (ان کو پھر) دیسے ہی پیدا کر دے؟ کیوں نہیں (نبی)! اور وہ تو بڑا پیدا کرنے والا اور علم والا ہے۔“ (سورہ یسین: 81)

ترجمہ: ”وہ کہیں گے کہ کیا تمہارے پاس تمہارے پیغمبر نشانیاں لے کر نہیں آئے تھے؟ وہ کہیں گے کیوں نہیں (نبی)!۔“ (سورہ مؤمن: 50)

ترجمہ: ”کیا یہ لوگ یہ خیال کرتے ہیں کہ ہم ان کی پوشیدہ باتوں اور سرگوشیوں کو سنتے نہیں، کیوں نہیں (نبی)! (سب سنتے ہیں) اور ہمارے فرشتے ان کے پاس (ان کی) سب باتیں لکھ لیتے ہیں۔“ (سورہ زمر: 80)

ترجمہ: ”کیا انسان یہ خیال کرتا ہے کہ ہم اس کی (بکھری ہوئی) ہڈیاں اکٹھی نہیں کریں گے۔ کیوں نہیں (نبی)! اور ہم اس بات پر قادر ہیں کہ اس کی پور پور درست کریں۔“ (سورہ قیامت: 3-4)



روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور شیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوابی لفافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - D, 1/7-1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: مراقبہ کرنے والے کسی شخص کو دیکھ کر یہ محسوس ہوتا ہے کہ وہ نیند کی حالت میں ہے مکمل خاموشی اور سکون، بند آنکھیں اور سانس کا ایک مخصوص (ریویم) یہ سب وہ علامات ہیں جو خواب کی حالت کو ظاہر کرتی ہیں۔ براہ کرم ان محسوس پر کچھ فرمائیں....؟

جواب: خواب اور بیداری کا تجزیہ کیا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ خواب اور بے داری دراصل زندگی کے دو رخ ہیں۔ اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق ہر چیز دو رخوں پر پیدا کی گئی ہے اور زندگی کی تمام حرکات و سکنات بھی دو رخوں پر قائم ہیں۔ زندگی کے وہ دو رخ جن پر ماضی حال اور مستقبل رواں دواں ہیں۔

بنیادی طور پر خواب اور بیداری ہیں جبکہ سمجھایا جاتا ہے کہ خواب کوئی خاص زندگی نہیں ہے، البتہ بیداری زندگی ہے۔ علوم ظاہری کے دانشور جب خواب کا تذکرہ کرتے ہیں تو خواب کو ایک خیالی زندگی کہہ کر گزر جاتے ہیں جبکہ اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق خواب اور بیداری الگ الگ نہیں ہیں صرف حواس کی درجہ بندی کا فرق ہے۔ ایک حواس میں ذی روح اپنے اوپر پابندی محسوس کرتا ہے اور دوسرے حواس میں خود کو پابندی سے آزاد دیکھتا ہے۔ سفر ایک ہی ہے فرق صرف پابندی اور آزادی کا ہے۔

مراقبہ دراصل ایک ایسی کیفیت اور مشق کا نام ہے جو انسان کو حواس کے دو رخوں سے متعارف کراتی ہے۔ آدمی اعصابی تحکیم کی وجہ سے پابندی کے حواس سے ہٹ کر ایسے حواس میں قدم رکھنا چاہتا ہے جہاں پابندی نہیں ہے اس کیفیت میں تو طبیعت اسے دنیاوی آلام و مصائب سے آزاد کر کے اس زندگی میں لے جاتی ہے جس زندگی کا نام خواب ہے۔

مطلب یہ ہے کہ آدمی اعصابی طور پر بے بس ہو کر سو جائے اور وہ سرطریقہ یہ ہے کہ آدمی اعصابی سکون کے ساتھ اپنے ارادے اور اختیار سے بیدار رہتے ہوئے اپنے اوپر خواب کے حواس مسلط کر لے۔ جس مناسبت سے خواب کے حواس بیداری میں منتقل ہوتے ہیں۔ اسی مناسبت سے کوئی آدمی روحانی ترقی کرتا ہے۔ جب آدمی سونے کے لئے لیٹتا ہے تو اعصابی خمار کی کیفیت سے وہ چار ہونے کے بعد غنودگی کے عالم میں چلا جاتا ہے۔ غنودگی کا مطلب یہ ہے کہ آدمی کے شعوری حواس لا شعوری حواس میں منتقل ہونا شروع ہو گئے ہیں جب غنودگی پہلے عروج پر پہنچتی ہے یعنی شعوری حواس لا شعوری حواس میں منتقل ہو جاتے ہیں تو آدمی سو جاتا ہے۔ یہ وہ عمل ہے جو ہر ذی روح میں جاری ہے خواہ وہ کسی نوع سے تعلق رکھتا ہو۔

انسان کو اللہ تعالیٰ نے اشرف المخلوقات بنایا ہے اور اس کو اپنی صفات کا وہ علم عطا فرمایا ہے جو دوسری مخلوقات کو عطا نہیں کیا گیا۔ اللہ تعالیٰ کی صفات کے تمام علوم غیبی انکشافات ہیں اور یہ وہی صلا حقیقتیں ہیں جن کو ”علم الاسماء“ کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ یہ چاہتے ہیں کہ بندہ غیب کی دنیا میں اللہ تعالیٰ کی صفاتی کامشاہدہ کرے اور اللہ تعالیٰ کی صفات کا عرفان حاصل کرے۔ اس کے لئے یہ ضروری ہے کہ بندے کے اندر وہ صلا حقیقتیں بھی موجود ہوں، جن کو بروئے کار لا کر وہ اللہ تعالیٰ کے عشاء کو پورا کر سکے۔ یہ عشاء آزاد زندگی میں داخل ہو کر پورا ہو سکتا ہے کیونکہ ہم جانتے ہیں کہ غیب کی دنیا میں Time and Space نہیں ہوتا۔ جیسا کہ پہلے عرض کیا جا چکا ہے کہ انسان کے حواس پابند زندگی میں بھی سفر کرتے ہیں اور پابند زندگی سے آزاد ہو کر بھی۔ پابند زندگی بیداری ہے اور آزاد زندگی خواب ہے۔ خواب کی زندگی میں داخل ہونے کا مطلب یہ ہے کہ بیداری کے حواس بھی قائم رہیں اور آدمی جس طرح بیدار رہ کر ارد گرد کے ماحول سے متصل رہتا ہے، اسی اتصال کے ساتھ آزاد زندگی میں بھی سفر کرے۔ اس بات کو آسان الفاظ میں اس طرح بیان کیا جاسکتا ہے کہ مراقبہ دراصل بیداری کے حواس میں رہتے ہوئے خواب دیکھنا ہے یعنی ایک آدمی بیدار ہے، شعوری حواس کام کر رہے ہیں، وہ ماحول اور فضا سے متاثر بھی ہو رہا ہے، آوازیں بھی سن رہا ہے اور ساتھ ہی ساتھ خواب بھی دیکھ رہا ہے۔ وہ بیک وقت دو کام کر رہا ہے۔ جاگ بھی رہا ہے، سو بھی رہا ہے۔ Time and Space میں بند بھی ہے اور آزاد بھی ہے۔

اس بات کو ایک مثال سے سمجھئے۔ ایک آدمی کسی دوست کو خط لکھ رہا ہے۔ خط لکھنے میں اس کا دماغ بھی کام کر رہا ہے، اس کا ہاتھ بھی چل رہا ہے ماحول میں پھیلی ہوئی آوازیں بھی سن رہا ہے۔ کوئی بولتا ہے تو اس کی بات کا مفہوم بھی اس کے ذہن میں منتقل ہوتا ہے، کوئی شخص اس سے سوال کرتا ہے تو اس کا جواب بھی دیتا ہے۔ فضا میں خشکی ہے تو سردی محسوس کر رہا ہے، گرمی ہے تو گرمی کا احساس بھی اسے ہو رہا ہے۔ بنیادی طور پر وہ خط لکھ رہا ہے اور خط لکھنے میں شعوری کیفیت الفاظ کی شکل میں منتقل ہو رہی ہے اور الفاظ کے اندر جو مفہوم ہے وہ لا شعور سے شعور میں منتقل ہو رہا ہے۔ مطلب یہ ہے کہ ایک آدمی بیک وقت اپنے اندر چھپی ہوئی کئی صلاحیتوں کو استعمال کر رہا ہے۔ جب کوئی بندہ بیداری میں رہتے ہوئے خواب کے حواس کو اپنے اوپر وارد کر لیتا ہے تو جس طرح خط لکھنے کی حالت میں وہ بہت سی صلاحیتیں ایک ساتھ استعمال کر رہا تھا اسی طرح وہ خواب یا لا شعوری زندگی میں بھی بیداری اور خواب کی صلاحیتوں سے ایک ساتھ متعارف ہو کر ان کو استعمال کر سکتا ہے۔ شعوری اور لا شعوری صلاحیتوں سے ایک ساتھ کام لینے کے طریقہ کا نام مراقبہ ہے۔



جب ہم انسان کی زندگی کا مطالعہ کرتے ہیں تو بنیاد مادہ اور حقیقت دونوں میں زندگی بسر کرتا نظر آتا ہے۔

مادہ کیا ہے! ہمارا جسمانی وجود، گوشت، ہڈیاں، کھال اور حقیقت کیا ہے؟ اس گوشت پوست کے جسم کو متحرک

کرنی والی شے روح ہے جو حقیقت ہے۔ آپ جب انسانی وجود پر غور کریں گے تو معلوم ہو گا کہ انسانی وجود کی اپنی ذاتی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ ہاتھ، پیر، ناک، کان، آنکھ، گردے، دماغ وغیرہ جو کچھ بھی ہے۔ انسان اللہ کی بنائی ہوئی ایک بہت بڑی مشینری ہے۔ لیکن انسان کی اپنی کوئی ذاتی حیثیت نہیں ہے۔ ذاتی حیثیت سے مراد یہ ہے کہ اس کی کوئی ذاتی زندگی نہیں ہے۔ اگر جسم کے اندر حقیقی علم یعنی روح موجود نہ ہو تو جسم انسانی میں کوئی حرکت نہیں ہو سکتی۔ دن رات یہ مشاہدہ ہوتا ہے۔ آدمی مر جاتا ہے تو لاش پڑی رہتی ہے۔ اس میں حرکت نہیں ہوتی۔ سارا جسمانی نظام مفلوج و معطل ہو جاتا ہے۔

کسی لاش یا مردہ جسم میں حرکت کیوں نہیں ہوتی؟ تو اصل انسان کون ہوا۔۔۔؟ اصل جسم یعنی ”روح“ کا علم حقیقی علم ہے اور اللہ تعالیٰ نے یہ علم انسان کے علاوہ کسی کو نہیں دیا۔ یہی وہ علم ہے جس کی بنیاد پر انسان کو

خطبت عظمیٰ

فضیلت ملی ہے۔ یہی وہ علم ہے جس کی بنیاد پر انسان اشرف المخلوقات ہے۔ اسی علم کی بنیاد پر انسان خلیفہ کہلاتا ہے۔ اسی علم کی بنیاد پر اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں مختلف مقامات پر فرماتے ہیں۔ کہ ہم نے تمہارے لیے سورج، چاند اور ستاروں کو مسخر کر دیا ہے۔ تم چاہو تو ان میں تصرف کر سکتے ہو ہم نے چاند کو تمہارے لیے تابع فرمان کر دیا ہے۔۔۔۔ اور اس کی مثالیں آپ کے سامنے موجود ہیں۔ چاند کا ٹکنا، چاندنی سے لطف اندوز ہونا چاند کی تسخیر نہیں ہے۔ چاندنی سے جس طرح انسان لطف اندوز ہوتا ہے زمین پر موجود ہر مخلوق چاندنی سے لطف اندوز ہوتی ہے۔ اگر چاند کی چاندنی سے لطف اندوز ہونا تسخیر قمر ہے تو پھر چاند مٹی کے لیے بھی مسخر ہے۔ درختوں اور پرندوں کے لیے بھی مسخر ہے۔ چاند کی ایک تسخیر یہ بھی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس ایک سیودی اور ابو جہل آتے ہیں اور

اصل جسم یعنی ”روح“ کا علم حقیقی علم ہے اور اللہ تعالیٰ نے یہ علم انسان کے علاوہ کسی کو نہیں دیا۔

قرآن پاک میں ارشاد ہے کہ ہم نے زمین اور آسمانوں کو تمہارے لیے مسخر کر دیا ہے۔

ان کے پاس تسخیر کائنات سے متعلق دستاویز موجود ہے۔ وہ کبھی اس کو کھول کر نہیں دیکھتے۔

ابو جہل یہودی کو کہتا ہے کہ آج جادو اور نبوت کا یہ چل جائے گا۔ جادو زمین کی ہر چیز پر چل سکتا ہے مگر آسمان پر نہیں چل سکتا۔ لہذا تم محمد صلی اللہ علیہ وسلم سے کہو کہ چاند کے دو ٹکڑے کر دیں تو میں آپ پر ایمان لے آؤں گا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ یہ تو اللہ جانتا ہے کہ کون ایمان لائے گا اور کون ایمان نہیں لائے گا اور اس کے ساتھ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے بسم اللہ پڑھ چاند کی طرف کر اشارہ کیا۔ چاند کا ایک ٹکڑا ایک طرف چلا گیا اور چاند کا دوسرا ٹکڑا دوسری طرف بعد میں مکہ مکرمہ آنیوالے قافلے بھی یہ گواہی دیتے رہے کہ ہم نے چاند کو دو ٹکڑوں میں دیکھا ہے۔

یہ تسخیر قمر ہے۔ تسخیر قمر یہ نہیں کہ آپ نے چاند دیکھا، چاند نکلا اور چاند واپس چلا گیا۔ یہ تو چاند کے فرائض میں شامل ہے اور اللہ نے چاند کو اپنی مخلوق کیلئے پابند کر دیا ہے کہ تو نے چاند فی بکھیرتی ہے۔ اگر چاند ایک نظام کے تحت نہ نکلے تو ساری دنیا کے پھل کڑوے ہو جائیں، گیہوں میں آنے والی شیرینی ختم ہو جائے۔ چاند فی سے غذاؤں میں مٹھاس منتقل ہوتی ہے۔ چاند کو اللہ تعالیٰ نے یہ ذیوثی دی ہے۔ اللہ رب العالمین ہے۔ اللہ نے وعدہ کر لیا ہے کہ میں تمام عالمین کو روزی دینے والا ہوں۔

سورج کا ٹکٹا یا دھوپ دینا یہ سورج کی تسخیر نہیں ہے۔ کیا سردی سے بچنے کے لئے دوسرے جانور دھوپ میں نہیں بیٹھتے۔ سورج کی ایک تسخیر یہ ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم حضرت علیؑ کے زانو پر آرام فرما رہے تھے۔ اس اثناء میں سورج ڈوب گیا اور حضرت علیؑ نماز قضا ہو گئی۔ جب حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی آنکھ کھلی تو حضرت علیؑ کو ملول دیکھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پوچھا کہ کیا ہوا، حضرت علیؑ نے جواب دیا کہ نماز قضا ہو گئی۔ سورج

غروب ہو گیا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے سورج کو روک دیا تو سورج واپس لوٹ آیا۔ حضرت علیؑ نے نماز پوری کی اور سورج واپس غروب ہو گیا۔ یہ تسخیر شمس ہے۔

ایک یہودی حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اس وقت پہاڑ پر تشریف فرما تھے۔ اس نے کہا میں فلاں فلاں نجومی ہوں۔ یہ بہت نامور نجومی تھا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہاں! میں جانتا ہوں۔ اس نے کہا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم میں چاہتا ہوں کہ جس پہاڑ پر آپ قیام فرما ہیں۔ اس پہاڑ پر آپ کے پاؤں مبارک کا نقش آجائے تو میں اسلام قبول کر لوں گا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے بسم اللہ پڑھ کر پاؤں مبارک پہاڑ پر رکھا تو پہاڑ ایسے موم ہوا کہ پاؤں مبارک اس میں اترتا چلا گیا۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو جو علم عطا کیا گیا وہ قرآن پاک میں بھی موجود ہے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے اپنی امت کے لیے آشکار کر دیا ہے۔ چہاں نہیں۔ قرآن پاک میں ہے کہ ہم نے قرآن کو کلمہ آسان کر دیا، ہے کوئی سمجھنے والا۔ لیکن آج کے مسلمان نے قرآن کو سمجھنے پر توجہ ہی نہیں دی۔

قرآن پاک میں ارشاد ہے کہ ہم نے زمین اور آسمانوں کو تمہارے لئے مسخر کر دیا ہے۔ زمین کے اندر جو کچھ بھی موجود ہے وہ مسخر کر دیا گیا ہے۔ اب زمین کے اندر کیا ہے۔ معدنیات ہیں، یورینیم ہے، ہیلیم اور دیگر گیسز ہیں۔ اب جب انسانوں نے زمین پر نظر کیا تو یورینیم کو تلاش کر لیا اور ایٹم بم بن گیا۔ انسان نے لوہے کے اندر نظر کیا تو ٹرین بن گئی۔ انسان نے درختوں کے اوپر غور کیا تو فرنیچر اور دروازے بن گئے۔ انسان نے مزید دھاتوں پر غور کیا، سونا مل گیا، چاندی مل گئی اور مزید غور کیا تو تیل اور

نہل آیا۔ اس میں کوئی شرط نہیں ہے کہ کوئی ایک خاص قوم ہی اللہ کی نشانیوں پر غور کرے گی تو وہی مخصوص قوم فائدہ اٹھائے گی۔ قرآن پاک میں کسی کا نام نہیں آتا۔ قرآن کریم پوری نوع انسانی کیلئے ہے۔

قرآن پاک میں ہے کہ قرآن کو سمجھنا ہم نے آسان کر دیا ہے۔ جو سمجھنا چاہے اسے سمجھ لے۔ اللہ تعالیٰ ہمارا ہے رسول صلی اللہ علیہ وسلم ہمارے ہیں، قرآن ہمارا ہے اور فائدہ کون اٹھا رہا ہے...؟ غیر مسلم فائدہ اٹھا رہے ہیں۔ جس قوم کے پاس علم کا خزانہ ہو، جس قوم کے پاس تسخیر کائنات کی دستاویز ہو لیکن وہ قوم غیروں کی غلام ہو، بچے کچے ہوئے نوالے نگھنے والی ہو اور ان کی زندگی سود کے پیسوں پر گزر رہی ہو۔ کیا وہ قوم معزز ہو سکتی ہے...؟ مسلمانوں کو اتنا بھی خیال نہیں آتا کہ ان کے اسلاف نے جو ترقی کی اور جو سائنسی ایجادات کی تھیں وہ غیر مسلم اپنے نام سے متعارف کر رہے ہیں اور مسلمان قوم مجبور و بے بس بنی ہوئی ہے بس کی زندگی گزار رہی ہے۔ انتہا یہ ہے کہ علم بھی اس کے پاس نہیں ہے۔ وہ غیر مسلم اقوام کی بھکاری بنی ہوئی ہے۔ کیا مسلمانوں کے پاس علم نہیں ہے...؟ ٹیکنالوجی نہیں ہے...؟ لوہا نہیں ہے...؟ مسلمانوں کے پاس کیا نہیں ہے...؟ ان کے پاس تسخیر کائنات سے متعلق دستاویز موجود ہے۔ وہ سمجھی ان کو کھول کر نہیں دیکھتے۔ بس اسی میں خوش ہیں کہ باہر سے ٹیلیفون، ٹی وی آگیا ہے اسے استعمال کر لیں۔ باہر سے کوئی ٹیکنالوجی آجائے تو اسے استعمال کر لیں اور لیب ٹائل۔ وہاں سے علم طب آجائے تو آدمی یا اکثر بن جائے، اہل سے انجینئرنگ آجائے تو آدمی انجینئر بن جائے۔ ہم ان بات پر مطمئن ہو کر بیٹھ گئے کہ ہم تو مسلمان اور اللہ کی محبوب قوم ہیں۔ قرآن پاک میں ہے جب کوئی قوم اپنی تبدیلی نہیں چاہتی ہم اسے اس کے حال پر چھوڑ دیتے

ہیں۔ دور جدید کی چمکا چمکا میں انسان بالکل برباد ہو چکا ہے۔ آپ غور فرمائیں، آدمی و ہشت میں مبتلا ہے۔ ہر آدمی خوف میں مبتلا ہے۔

یہاں ایٹم بم بن گیا ہے، وہاں میزائل بن گیا ہے۔ اس ترقی کے باوجود ایک قوم یہ چاہتی ہے کہ ساری دنیا پر اس کا اقتدار قائم ہو جائے۔ الہی احکامات کا اقتدار قائم نہ رہے۔ خوف کا عجیب عالم ہے۔ ساری نوع انسانی خوف میں مبتلا ہے۔ جن لوگوں کی قوم داری ہے کہ اللہ تعالیٰ کے احکامات کے مطابق قائم کریں وہ نہ اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہیں اور نہ ہی قرآن کی طرف متوجہ ہوتے ہیں۔ موجودہ دور کی کوئی ترقی ایسی نہیں ہے جو اللہ تعالیٰ کی تخلیق کردہ وسائل کے بغیر عمل میں آگئی ہو۔ اللہ تعالیٰ نے زمین میں وسائل پھیلانے ہیں ان وسائل میں رد و بدل کر کے اور ان وسائل میں غور و فکر کر کے نئی نئی ایجادات کی جاتی ہیں۔

تو مسلمان کیوں ان وسائل میں غور و فکر کر کے نئی نئی ایجادات نہیں کرتا۔

دور جدید کے علوم میں جہاں انسانی شعور بالغ ہوا ہے، دور جدید کے علوم سے جہاں انسان کو اس بات کا احساس ہوا ہے کہ انسان ایک ایسا روبوٹ ہے جس کے اندر اللہ کی صفات بھری ہوئی ہے وہاں انسان مایوس بھی ہوا ہے۔

کیا کوئی انسان اس بات سے انکار کر سکتا ہے کہ دور جدید کی ترقی کے بعد صحت اچھی ہوئی ہے یا بری ہو گئی ہے۔ بیماریاں بڑھی ہیں یا کم ہو گئی ہیں۔ دور جدید کی ترقی میں جو آرام و آسائش ہمیں مل رہی ہے ان سے ہماری نگاہ تیز ہو گئی ہے یا چشمے لگ گئے ہیں۔

پرانے وقتوں میں اسی نوے سال کی عمر میں چشمے کو

بقیہ: صفحہ 180 پر ملے گی



انسان کی زندگی میں دو رخ برسرِ عمل ہیں۔ ایک رخ زندگی کا اعلیٰ رخ ہے اور دوسرا رخ زندگی کا اسفل رخ ہے۔ زمان متواتر کالجہ جسم ہے اور زمان غیر متواتر کالجہ اس جسم کے احساسات کے شواہد کی تفصیلی فلم ہے۔ زمان غیر متواتر کالجہ ہر وقت ہماری روح کے بالمقابل رہتا ہے لیکن ہمارا ذہن اس طرف نہیں جاتا یہی وجہ ہے کہ وہ ہمارے لیے غیب ہے۔

قانون یہ ہے کہ جب ہم کسی شے کو دیکھتے ہیں تو غیر متواتر کالجہ درمیانی قاصدے کو ہماری لاعلمی میں اس طرح پھپھکتا ہے کہ شے کی روشنی ذہن سے ہوا بھر الگ رہتی ہے اور نہ ذہن کی سطح میں داخل ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ

ہم شے کو دیکھ سکتے ہیں۔

ذہن شے سے ہوا بھر الگ رہے یا ہوا بھر شے میں داخل ہو جائے تو ہم شے کو نہیں دیکھ سکتے۔ شے کی روشنی نہ تو ذہن سے ہوا بھر الگ رہی اور نہ ذہن میں داخل ہوئی۔ اگر شے کی روشنی ذہن میں داخل ہو جائے تو غیر متواتر زمان غیر متواتر نہیں رہے گا اور اگر شے کی روشنی ہوا بھر شے کے اندر ہو جائے تو زمان متواتر نہیں رہے گا۔ اور شے کا وجود زیر بحث نہیں آئے گا۔

اس کی مثال خواب دیکھنا ہے خواب دیکھنے والا دس سال بعد کے واقعات اچانک دیکھنے لگتا ہے۔ حالانکہ دس سال کے درمیانی وقفے اس کے سامنے سے نہیں گزرے

کتاب لوح و قلم روحانی سائنس پر وہ منفرد کتاب ہے جس کے اندر کائناتی نظام اور تخلیق کے فارمولے بیان کیے گئے ہیں۔ ان فارمولوں کو سمجھانے کے لیے سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے روحانی طلباء اور طالبات کے لیے باقاعدہ لیکچرز کا سلسلہ شروع کیا جو تقریباً ساڑھے تین سال تک متواتر جاری رہا۔ یہ لیکچرز بعد میں کتابی صورت میں شائع کیے گئے۔ ان لیکچرز کو روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر پیش کیا جا رہا ہے تاکہ روحانی علوم سے دلچسپی رکھنے والے تمام قارئین حضرات و خواتین ان کے ذریعے آگاہی حاصل کر سکیں۔

جبکہ زمان متواتر میں دس سال بعد کے واقعات کو دیکھنے کے لیے ہمیں دس سال کے وقفوں سے گزرنا پڑتا ہے۔ زمان غیر متواتر میں کائناتی حوادث کو ناپنے کے لیے تمام پیمانے موجود ہیں جس میں ماضی حال کو بغیر ترتیب کے ناپا جاتا ہے۔ رویا یا خیال میں ہم ایسے زمانے کو واپس لا سکتے ہیں جو ہزاروں سال پہلے گزر چکے ہیں۔

جب ہم ایسے شخص کو دیکھتے ہیں جس کو پچیس سال پہلے دیکھا تھا تو ہمیں گزشتہ پچیس سال کے واقعات یاد کرنے کی ضرورت پیش نہیں آتی۔ ہم اس شخص کو دیکھنے کے بعد پچیس سال کی لپٹی ہوئی فلم کو محسوس کر لیتے ہیں۔ پچیس سال کا وقفہ زمانہ غیر متواتر میں ریکارڈ ہے۔ جب غیر متواتر کار ریکارڈ متحرک ہوا تو ہمارے ذہن نے اس کی پچیس سالہ شخصیت کو واپس لانے کے لیے تمام وقفوں کو حذف کر دیا۔ بالفاظ دیگر ہمارا ذہن غیر متواتر کے اس دائرے میں دیکھنے کے قابل ہو گیا جس دائرے میں مذکورہ انسانی شخصیت محفوظ ہے۔

حضور قلندر بابا اولیاءؒ تمثیلی انداز میں فرماتے ہیں:

ہم جب زمین سے اترتے ہیں تو زمین کی سیڑھیوں کا ناپ جو پہلے سے زمان غیر متواتر میں ریکارڈ ہے ہمارے قدموں کی صحیح راہنمائی کرتا ہے۔ اس لیے زمین اترنے میں شعوری طور پر سوچنا نہیں پڑتا کبھی ایسا ہوتا ہے کہ قدم ڈمگا جاتا ہے تو ہم گر پڑتے ہیں۔ یہ اس لیے ہوتا ہے کہ کسی وجہ سے ہمارا ذہن غیر متواتر سے ہٹ جاتا ہے وہ رہنمائی جو غیر متواتر کر رہا ہے، زمان متواتر کے ہاتھوں میں آجاتی ہے جس کے سبب قدم غلطی کر جاتے ہیں اور آدمی گر جاتا ہے۔ زمین کا ناپ زمان متواتر میں ریکارڈ نہیں ہوتا۔ غیر متواتر میں ریکارڈ ہے۔

کائناتی فکر:

ابدال حق، مثل کائنات حضور قلندر بابا اولیاءؒ اپنی

کتاب لوح و قلم میں فرماتے ہیں:

فکر انسانی کی تین طرز ہیں۔ فکر انسانی کی پہلی طرز یہ ہے کہ وہ نوع انسانی کی حیثیت سے انفرادی طور پر انسان کے اندر پیدا ہونے والے تقاضوں کو صحیح طور پر استعمال کرتا ہے۔ جب نوع انسانی کا کوئی فرد صحیح طرز میں تقاضوں کو استعمال کرتا ہے تو اس کی ہر طرز نوع انسانی کے لیے اخلاص کا جذبہ ہوتی ہے جب کسی فرد کے اندر نوع انسانی کے لیے خلوص کا جذبہ کار فرما ہوتا ہے تو اسے ایسے مقام تک پہنچ جاتا ہے جہاں اس کی فکر انفرادی تقاضوں سے ہٹ کر پوری نوعی تقاضوں کو سمجھنے اور محسوس کرنے لگتی ہے اور نوع انسانی کا فرد انفرادی حیثیت سے نکل کر اجتماعی حیثیت میں داخل ہو جاتا ہے۔ اس کی سوچ اور اس کے اندر پیدا ہونے والے تقاضے صرف اپنی ذات تک محدود نہیں رہتے بلکہ پوری نوع کو محیط ہو جاتے ہیں۔ انفرادی سوچ نوعی بن جاتی ہے۔ جب کسی فرد کے اندر نوع انسانی کے مجموعی تقاضوں کو سمجھنے اور محسوس کرنے کی صلاحیت بیدار ہو جاتی ہے تو فکر لائق وسعتوں میں داخل ہو جاتی ہے جہاں نوعی تقاضوں سے گزر کر کائنات کے مجموعی تقاضے اس پر منکشف ہونے لگتے ہیں۔

پہلی فکر..... انفرادی سوچ یا انفرادی طرز فکر

دوسری فکر..... نوعی سوچ یا نوعی طرز فکر

تیسری فکر..... کائناتی سوچ یا کائناتی طرز فکر

جب فرد کی سوچ انفرادی سوچ نہیں رہتی تو فرد پر کائنات کے رموز آشکار ہو جاتے ہیں۔ تین طرز فکر سے گزرنے کے بعد جو تھی طرز فکر میں داخل ہونے والا بندہ معرفت الہی حاصل کر لیتا ہے۔

لوح محفوظ کے قانون کی رو سے ہم بیک آن لمحے سے

بقیہ: ستمبر 2014ء پر ملاحظہ کیجیے

سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات

کا ماحذ۔۔۔ قرآن پاک:

سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات

سے موضوع پر ان لیکچرز کے

جامعہ میں اللہ تعالیٰ

سے کلام قرآن پاک

کی آیات میں غور و فکر

کرنا شامل ہے۔ اس مقصد

کے لیے ان کلاسز میں ہم

قرآن پاک کی سورۃ رعد

میں بیان کردہ مختلف نکات

پر غور و فکر کر رہے ہیں۔

سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات

میں جن نکات پر زیادہ زور

دیا جاتا ہے وہ تقریباً سب سورۃ رعد

میں موجود ہیں۔

قرآن ہدایت کا سرچشمہ ہے اور قرآن کی ہر آیت

پر خواہ وہ مختصر ہے یا طویل.... ہمیں غور و فکر کرنا ہے۔

اس کی شان نزول پر غور کرنا ہے۔ اس میں موجود

سلسلہ عظیمیہ



بار ہواں حصہ

اللہ تعالیٰ کے پیغام کے مختلف پہلوؤں پر غور کرنا ہے اور اس کے ساتھ اس کلام کی جو نورانیت ہے اس سے بھی اپنے وجود کو منور کرنے کی کوشش کرنا ہے۔

پاکستان اور دنیا کے مختلف ممالک میں مقیم سلسلہ عظیمیہ کے اراکین نے اس کلاس کے توسط سے سورۃ الرعد پر غور و فکر شروع کیا، اس حوالے سے تفکر کرنے والے کچھ اراکین کی گفتگو کو summarise کر کے جائزہ لیا جائے تو واضح ہوتا ہے کہ اس علمی activity سے الحمد للہ اراکین

سلسلہ عظیمیہ کو بہت فائدہ ہو رہا ہے۔

ان کلاسز کے چند شرکاء نے بتایا کہ جب انہوں نے

سورۃ رعد میں غور و فکر شروع کیا تو انہیں ایسا محسوس ہوا کہ

سب سلسلہ عظیمیہ کے اراکین کو روحانی علوم کی مبادیات سے آگہی فراہم کرنے کے لیے، قرآن پاک کی آیات میں اور فکر کی ترغیب دینے اور معلم و موز کی اعظم حضرت محمد ﷺ کے ارشادات کی روشنی میں اپنی شخصیت کی تعمیر کی طرف توجہ کرنے کے لیے مرکزی مراقبہ ہال کراچی میں قلندر شعور اکیڈمی کے زیر اہتمام ستمبر 2010ء سے ہر ماہ ایک خصوصی نشست منعقد ہو رہی ہے۔ اس نشست میں ڈاکٹر وقار یوسف عظمیٰ آن لائن لیکچر دیتے ہیں۔

اس لیکچر میں پاکستان کے ستر سے زائد شہروں سے سینکڑوں خواتین و حضرات شریک ہوتے ہیں۔ پاکستان کے علاوہ شرق وسطی، برطانیہ، ڈنمارک، امریکہ، کینیڈا میں یہ لیکچر آن لائن ہوتا ہے۔

سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ نے مئی 2012ء میں یہ ہدایت فرمائی ہے کہ اس آن لائن لیکچر کی تھیں روحانی ڈائجسٹ کے علم دوست قارئین کے لیے بھی ہر ماہ پیش کی جائے۔

اس لیکچر پر قارئین کے تاثرات بھی ان صفحات میں شائع کیے جاسکتے ہیں۔



دستک



اس ماہ کے مضامین میں غزوات سرکارِ دو عالم ﷺ، سب سے بڑا سپہ سالار ﷺ، حق و باطل کے درمیان پہلا محرکہ، اخلاق نبوی اور میدان جنگ، آخری حملہ، ایک نامور کمانڈر، کس سپہ سالار، عسکری سائنس میں مسلمانوں کا حصہ، مسلمان اور عسکری جغرافیہ، جہول طارق میدان جنگ کے نفسیاتی پہلو، پاکستانی انیم کے دس سال، پاک بھارت جنگ پہلا شہید، جنرل محمد ضیاء الحق کی علمی دوستی، برطانیہ میں گزاری ہوئی عید، اکثر سانپ بے ضرر ہوتے ہیں، اندھیری رات میں کھکشاں، آداب زندگی، حضرت فاطمہ الزہراء کا جہیز، میری امی، اسلامی خواتین اور عسکری خدمات، شیشہ کا مسیحا، گردن خوبصورت بنائیں، نانی اماں کی پٹاری، انسانی گروہ سے، شکار سے توبہ، جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نور الہی، نور نبوت، آواز دوست، مراقبہ کی اقسام، محفل مراقبہ آپ کے مسائل اور دھند شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "شہیدوں کا لہو" قارئین کے ذوق کے لیے پیش کی جا رہی ہے۔

(احمد ندیم قاسمی)

شہیدوں کا لہو

یقیناً افراد کے، نسلوں کے مستقبل سنورتے ہیں نئی صحبتیں بکھرتی ہیں نئے سورج ابھرتے ہیں چمن کھلتے ہیں ذہنوں میں، امنگوں میں، خیالوں میں جوانی جس طرح شمعیں جلا دیتی ہے گالوں میں جسے دنیا جہادِ حزیت کا نام دیتی ہے تو پوری قسم کو اس نقش کا انعام دیتی ہے کئی چہرے بناتی ہے، کئی یادیں اگاتی ہے کہ جن سے قسم اپنا قصر مستقبل سجاتی ہے سنور جاتی ہیں تاریخیں، نکھر جاتی ہیں تہذیبیں کہ جن کو توڑ سکتی ہیں نہ تعبیریں، نہ تبادیلیں

شہیدوں کا لہو وہ نور ہے جس کی تجلی سے اسی کی تابشوں سے، آسمان فکر و دانش پر شہیدوں کا لہو وہ پھول ہے، جس کے قطرے اسی کے رنگ سے یوں زندگی کا حسن بڑھتا ہے شہیدوں کا لہو وہ نقش ہے انسان کی غیرت کا مشیت کو بھلی لگتی ہے جب یہ شان مرنے کی شہیدوں کا لہو وہ دروہے جس کی چمک، دل میں انہی چیزوں، انہی یادوں سے بنتی ہیں وہ تصویریں شہیدوں کا لہو وہ، آسمان ہے جس کے سائے میں اسی کی دستوں میں وہ ستارے رقص کرتے ہیں

کوئی ایجادات کرتا ہے تو اس کے پس پردہ تیت دنیا نہیں بلکہ اللہ تعالیٰ ہوتا ہے۔ دور جدید میں جو چیز آپ کو ملتی ہے اس کے پیچھے اللہ نہیں ہوتا۔ حرص، لالچ اور پیسہ ہوتا ہے لیکن اگر کوئی روحانی آدمی کوئی بات بتاتا ہے، اگر کوئی بات سمجھتا ہے، اگر کوئی بات اور علم سیکھتا ہے تو اس کے پیچھے دنیا نہیں اللہ تعالیٰ ہوتا ہے۔



ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً



بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت

حاصل ہے۔ وہ روحانی یوگ رائٹر زکلب، قید سخن، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، آفت سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی ایچجمنٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریسز پر ایج کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔ سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

پر تعمیر کرنا چاہتے ہیں۔

ہم چاہتے ہیں کہ ہمارے ہر عظیمی بہن بھائی کی پر سنیلٹی ڈیولپ ہو اور وہ ایک اچھی شخصیت بنے۔ یہ کام one sided نہیں ہو سکتا مگر اس کے لئے ہمیں آپ کا cooperation درکار ہے۔ کوئی استاد اپنے شاگرد کی شخصیت کو بنانے کے لیے اکیلا جتنی بھی کوشش کرے جب تک شاگرد کی طرف سے رضا مندی اور سپردگی submission نہیں آئے گی تو شدید خواہش اور پوری محنت کے باوجود استاد کو کامیابی نہیں ہوگی۔

مرشد کریم ہم سب کے لئے بہت زیادہ فکر مند ہیں، ان کی بہت زیادہ تمنا اور خواہش ہے کہ عظیمی بچوں کی شخصیت روحانی طور پر بھی بنے اور دنیاوی طور پر بھی آپ کی personality developed ہو۔

آپ کا تزکیہ نفس بھی ہو اور آپ کی روحانی صلاحیتوں میں بھی اضافہ ہو۔ اس کے لیے مرشد کریم کی ہدایات کے مطابق مختلف روحانی مشقوں کو ٹھیک طرح کرنے کی اور اپنی ذاتی اصلاح کی ضرورت ہے۔ (جاری ہے)



بقیہ: خطباتِ عظیمی

کوئی نہیں جانتا تھا۔ اب دس بارہ سال کے بچوں کو چشمے لگ گئے ہیں۔ دور جدید کی ترقی بلاشبہ ترقی ہے۔ بلاشبہ نوع انسان کا کمال ہے۔ بلاشبہ انسان نے جدوجہد اور فکر سے اللہ تعالیٰ کی نشانیوں کو ایک نیا رنگ اور روپ دیا ہے لیکن دور جدید کی ترقی میں ایک بنیادی خرابی ہے کہ ہر جدید ترقی کے پیچھے مادیت کا فرما ہے۔

ایک روحانی اور مادی آدمی میں بنیادی فرق یہی ہے کہ اگر ایک روحانی آدمی کوئی علم سیکھتا یا سکھاتا ہے اور

پہاڑوں کے دامن میں شاہ بلوط
اور صنوبر کے درختوں کی
بھینی بھینی

خوشبوؤں سے بھرپور، تندو
تیز جانفرا تازہ معطر
اور ٹھنڈی ہواؤں
سے مزمزم، مری اور ایبٹ
آباد سے برابر قافلے پر
واقع صوبہ خیبر پختون
خواہ کا گرمائی

دارالحکومت، نتھیا گلی رومان سے پرشاموں اور تارینچی
راتوں کے لیے پاکستان کا تیزی سے ترقی کرنے والا مقبول
عام بل اسٹیشن بننا جا رہا ہے۔ یہ قطری حسن کا حیرت انگیز
جاں افزا موسم، پرسکون رہائش گاہوں اور پر جوش
ایڈونچر کا گڑھ ہے۔

نتھیا گلی کی خشبوں سے رچی بسی فضاؤں اور ہواؤں
کی مست خرامیاں سرسبز و شاداب، بلندی سے گزرتی
گنگناتی سیٹیاں بجاتی مسرت آمیز شادمان ہوائیں اسے دیگر
سیاحتی مقامات سے منفرد بناتی ہیں، یہاں گھڑ سواری کے
راستے، کوہ نوری کے لیے بے قدرتی ٹریک گھنے جنگل کے
نیچوں سچ پگڈنڈیوں کی بدولت یہ سکون اور
دلغریب مقام کا رتبہ اختیار

ایک جدت نظیر وادی نتھیا گلی

کرنا جا رہا ہے۔

مری سے گزر کر صوبہ خیبر پختون خواہ کے گرمائی
شہر نتھیا گلی پہنچنے کے لیے شام سے قبل مری سے
بس سروس اور سوزو کی کیری با آسانی دستیاب ہوتے ہیں
نتھیا گلی (درہ) سے قبل آنے والے مختلف کم بلند درے
(گھمات) دنیا میں مطلوب پہاڑوں میں خوبصورت ترین
جگہوں میں شمار ہوتے ہیں۔



ونیر ہاؤس وغیرہ اہم ہیں۔

سیاحوں کی دلچسپی کا باعث قدیم طرز تعمیر کے بلند قامت لکڑی کے بنے ہوئے نختیا گلی کے تاریخی چراغ کے عین سامنے اچلے اچلے سبزہ زار پر مشتمل وسیع و عریض پارک بچوں کی نت نئی دلچسپیوں اور میں گھنے جنگلات کی دو سے بہت مقبول ہے۔

نختیا گلی کا دوسرا چلڈرن پارک ایسٹ آباد روڈ کے دائیں جانب پہاڑ کی بلندی پر سینکڑوں میڑ حیاں چڑھ کر تین چھوٹے چھوٹے سرسبز قطعات پر مشتمل ہے۔ قریب



ہوتی آرہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہاں نئے اور معیاری ہوٹل کھل گئے ہیں۔

یہاں پہاڑی راستوں پر سرسبز قد آور صنوبر کا نل، پڑاقل اور دیو دار کے درختوں کے درمیان چہل قدمی اور قوس قزح کے ہر رنگ کے پھولوں کے درمیان میں سے گزرنا جنگلی گلابوں کی بھینی بھینی خوشبوؤں سے اپنے دماغ و روح کو معطر کرنا پر سکون لگتا ہے۔

یہاں پہاڑی کی بلندیوں سے کوہستان اور کشمیر کے برف میں مستور پہاڑ ایک دلقریب منظر پیش کرتے ہیں

نختیا گلی کا غروب آفتاب بہت کن نظارہ پیش کرتا ہے۔

یہاں کی رہائشی سہولیات میں پاک فوج ریسٹ ہاؤس، پولیس ریسٹ ہاؤس، ٹیلی فون، ڈاک خانہ، محکمہ جنگلات، محکمہ تعمیرات کے ریسٹ ہاؤسز کے ساتھ ساتھ نختیا گلی میں میراں جانی ہاؤس، پنجاب ہاؤس، بلوچستان ہاؤس، کشمیر ہاؤس، ہمالیہ ہاؤس اور

لے جاتی ہے۔

چھاگد گلی سے مکش پوری کے دامن میں واقع مری سے تھے، ٹکڑو میٹر دور حسین ہوٹلوں اور ایویہ پائپ لائن ٹریک کے لیے مسروقہ جگہ ڈوٹا گلی واقع ہے۔ یہاں سے نختیا گلی صرف پانچ کلومیٹر کے فاصلے پر ہے۔ ڈوٹا گلی سے ایویہ تقریباً سات کلومیٹر کا راستہ دلقریب نظاروں سے بھر پور ہے۔

ایسٹ آباد سے بھی نختیا گلی بذریعہ بس یا کو سٹر پاسبانی آیا جاسکتا ہے۔ ٹھنڈیانی سے براستہ میراں جانی چودہ تا سولہ گھنٹے کا پیدل سفر آپ کو نختیا گلی پہنچا دیتا ہے نیز ڈوٹا گلی سے بھی آپ نختیا گلی تک پیدل جنگل کے بیچوں بیچ گزر کر جاسکتے ہیں۔

ایسٹ آباد سے نختیا گلی تک اکتیس کلومیٹر سفر رنگوں کی ہنگامہ خیزی میں ہی گزر جاتا ہے دورویہ بین الاقوامی معیار کی سڑک کی تعمیر کے بعد گزشتہ چند سالوں سے سیاحوں کی ایک بڑی تعداد نختیا گلی کی سیر سے اطف اندوز



صوبے خیبر پختون خواہ اور پنجاب کے سیاحتی مقامات کے لیے دور راستے جاتے ہیں یہاں سے دائیں طرف جھیکا گلی اور چھ کلومیٹر دور گالف کورس اور دیدہ زیب پارک کے لیے مقبول عام بھورین کا راستہ ہے جبکہ نختیا گلی جانے کے لیے ہمیں بائیں طرف جانا ہو گا۔

سب سے پہلے آنے والا مقام باڑیاں صوبہ خیبر پختون خواہ اور پنجاب کے درمیان واقع ہے۔ خیرہ گلی سے چار کلومیٹر آگے 8400 فٹ بلند چھاگد گلی اور تھوڑا مزید آگے واقع گھڑہ گلی سے گزر کر قدیم چھاؤنی کالا باغ پہنچتے ہیں۔ اس کے نواح میں ڈوٹا گلی



بہت خوبصورت مقام ہے۔ کالا باغ کی خوشنما سرسبز مٹی ڈھلوانوں پر صحت مند فریہ جسم بندر خوراک کی تلاش میں ادھر ادھر گھومتے دکھائی دیتے ہیں۔

گلی میں مزید دو سڑکیں جنم لیتی ہیں دائیں طرف جانے والی سڑک ہمیں پاکستان کی پہلی چیئر لفٹ کے مرکز ایویہ اور خالص پور



فت) کی چوٹی پر سے دھند ہونے کی صورت میں ایسا آواز، ٹھنڈیانی اور مری کے پہاڑی علاقے واضح دکھائی دیتے ہیں۔ اگرچہ صوبہ پنجاب کا سب سے مقبول سیاحتی مقام مری اور ملیر خیر پختون خواہ کا معروف سیاحتی مقام تھیاگلی اپنی خوشحالی موسم طرز رہائشی اور تعمیر کے

نئی کئی ریٹ ہاؤس سیاحوں کو دعوت نظارہ اور قیام دے رہے ہیں۔

تھیاگلی اور چھانڈھ کے پہاڑوں میں تینتیس مربع کلومیٹر کے رقبہ پر پھیلا ہوا باگن، بکوت کہو اور دروازہ کے

درختوں سے لبریز 1984ء میں قائم شدہ اور 1998ء میں توسیع کردہ ایوبیہ نیشنل پارک بھی اپنے جلوے دکھا رہا ہے۔

تھیاگلی میں قدرتی مناظر، نباتات، حیات و حیوانات کے تحفظ کا شعور سیاحوں میں مسلسل فروغ پا رہا ہے۔ دور نزدیک

سے ماہرین حیوانات و نباتات پہاڑی و قدرتی ماحول پر تعلیم و تحقیق کے لیے یہاں کارب کرتے ہیں۔ اس سفر کے دوران

آپ ایوبیہ نیشنل پارک میں ٹکٹ لے کر داخل ہو سکتے ہیں۔ پہاڑوں میں تنہا سفر کرنا، درختوں پر لگی چھوٹی چھوٹی تختیوں

پر سے پہاڑی درختوں کے متعلق معلومات کا حصول جنگلی حیات کے متعلق آگاہی، سانبانوں تلے سنانا اور مکش پری

کا دور سے نظارہ ایوبیہ نیشنل پارک کی لازمی مرگرمیاں ہیں۔ یہ راستہ بالکل مسطح ہے۔

ایک ادھیڑ عمر یا کم ہمت انسان بھی با آسانی یہ ٹریک کر سکتا ہے۔

تھیاگلی اور گلیات کے علاقے میں سب سے بلند مقام، سرسبز و علوانوں والی میراں جانی (سطح سمندر سے 9797

اعتبار سے بہت مماثلت رکھتے ہیں لیکن مری جہاں انسانی سرگرمی اور بازاروں میں رش رہتا ہے، کے برعکس تھیاگلی کم رش اور تھوڑا سا دور ہونے کی وجہ سے پرسکون علاقہ تصور کیا جاتا ہے۔

قدرت کی کاریگری و صنایع کا منہ بولنا نمونہ کچھ جنگلات بلند سبزہ زار جنگلوں کے عین درمیان سے گزرتی

پگڈنڈیاں فطرت کے دلدادہ سیاحوں کو ٹریکنگ، ہائیکنگ اور کوہ پیما کی پر اکساتی ہیں فطری حسن کا نادر نمونہ خدا نے

ذوالجلال کی قدرت کاملہ کا عظیم شاہکار مختلف مہمات سے تھکے ہارے گرم میدانی علاقوں میں چلنے والی لو کے خیمیزوں

سے راہ فرار اختیار کرنے والے سیاحوں کے لیے ہے۔ تھیاگلی کی سحر طرازیوں سے پر جلووں اور دل و دماغ اور

روح میں بس جانے والے فرحت انگیز صحت بخش مقام پر قیام ایک یادگار کی حیثیت رکھتا ہے۔

الغرض تھیاگلی کا مقام گرد و غبار پر شور اور تیز رفتار زندگی کے جھکن آمیز سمندر میں سکون کے متوالوں کے

لیے اپنے جادوئی ماحول کی وجہ سے کشیدہ اعصاب کو مٹانی روحانی مسرت و راحت سے آشنا کرتا ہے اور ان کے دلوں

میں ٹھنڈک آمیز ہالیدی پیدا کرتا ہے۔

میں ٹھنڈک آمیز ہالیدی پیدا کرتا ہے۔



شیطان

ہر آدمی کا شیطان اس کے اپنے اندر ہوتا ہے اور خواہش اس شیطان کا دوسرا نام ہے۔ انسان اپنی خواہشوں کو جتنی بڑھاتا اور ہٹکارتا جائے گا، اس کا من اتنا ہی کھوڑا اور اس کی زندگی اتنی ہی کٹھن ہوتی چلی جائے گی۔ ڈائناسور (Dinosaur) کا ڈیل جب اتنا بڑا ہو گیا اور کھانے کی خواہش اتنی شدید ہو گئی کہ زندہ رہنے کے لیے اسے چوہیں کھنے مسلسل چرنا پڑتا تھا تو اس کی نسل ہی Extinct (معدوم) ہو گئی۔ کھانا صرف اتنی مقدار میں جائز ہے کہ جسم و جاں کا رشتہ برقرار رہے۔ جسم فریبہ ہو گا تو نفس کا موٹا ہونا لازمی ہے۔

اقتباس: شحات احمد یوسفی کی کتاب "آب گم" سے مرسلہ: یامین سرور۔ کراچی)

دعائیں کیوں قبول نہیں ہوتیں؟

ہم خود کو مسلمان کہتے ہیں۔ کیا مسلمان ایسے ہوتے

قوس قزح کے عنوان سے یہ صفحات قارئین کی طرف سے موصول ہونے والی رنگارنگ تحریروں کے لیے مخصوص کیے گئے ہیں۔ ان صفحات کے لیے قارئین کتاب کا دلچسپ اور فکر انگیز اقتباس، اپنے پسندیدہ شعر کا کلام، معروف مزاح نگاروں کی تحریریں، شاعری، غزل، صوفیانہ کلام، اقوال زریں، دوستوں کے نام آپ کے پیغام، معلومات، انوکھے واقعات اور دلچسپ ایس ایم ایس بھی بھیج سکتے ہیں۔ اپنے مراسلات بھیجئے وقت خیال رکھیے کہ اقتباس یا کلام کے ساتھ مصنف یا شاعر کا نام اور کتاب کا حوالہ اور ساتھ ہی اپنا اور اپنے شہر کا نام بھی ضرور تحریر کریں۔ قوس قزح میں اپنی تحریریں شامل کرنے کے لیے آپ ہمیں روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر ارسال کریں۔ اگر آپ چاہیں تو اپنے مراسلات ہمیں ای میل اور فیس بک کے ذریعے بھی روانہ کر سکتے ہیں۔

<http://www.facebook.com/rd.qaus.e.qazah>

ہیں جس کا مظاہرہ آج ہو رہا ہے؟ جب سے ہوش سنبھالا ہے ہم دیکھ رہے ہیں کہ ہم صرف دعاؤں کے ذریعے اپنے مسائل حل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہم عمومی دعائیں اور خصوصی دعائیں بھی مانگتے ہیں۔ آدمی صدی سے زیادہ

کا زمانہ ہمارے سامنے ہے۔ ہم نے من حیث القوم کافروں کے اوپر فتح و کامرانی کی کوئی دعا قبول ہوتے نہیں دیکھی۔ آخر ایسا کیوں ہے؟

دعائیں اس لئے قبول نہیں ہوتیں کہ ان کے ساتھ عمل نہیں ہے اور تخلیق کا راز یہ ہے کہ عمل بجائے خود تخلیق ہے۔ ہم اپنی معاش کے لئے دھوپ کی تپش میں

سرگرداں رہتے ہیں اور سردی کی بخت راتوں میں اپنی نیندیں خراب کرتے ہیں۔ افزائش نسل کے لئے شادیاں کرتے ہیں۔ جب دعائیں توپ و تفنگ، میزائل، راکٹ اور

بم بن کر اسرائیل کو تباہ کر سکتی ہیں تو زندگی کے ان سب ہنگاموں کی کیا ضرورت ہے؟ کسان کو کیا ضرورت پڑتی ہے کہ زمین کے سینے کو چیر کر اس سے غذائی ضروریات

پوری کرے؟ دھوپ کی تمازت اور ژالہ باری سے بچنے

ہم خود کو مسلمان کہتے ہیں۔ کیا مسلمان ایسے ہوتے

ہم خود کو مسلمان کہتے ہیں۔ کیا مسلمان ایسے ہوتے

ہم خود کو مسلمان کہتے ہیں۔ کیا مسلمان ایسے ہوتے

ہم خود کو مسلمان کہتے ہیں۔ کیا مسلمان ایسے ہوتے

میرا پیغام ماں کے نام

ماں! لفظ ہی محبت قربانی ارشاد کا وہ سرانام... جو خود
کلیف برداشت کرتی ہے لیکن اپنے بچوں کو تکلیف سے
برہنہ کرتی ہے... وہ درخت جس کے سایے تلے سکون
ہو سکتا ہے... جن کی ماں نہیں وہی یہ درد محسوس کر سکتا
ہے اور جن کی ماں سلامت ہے اس کی قدر کرنا
سکھو، میرا پیغام تمام ماؤں کے نام۔

یہ کامیابیاں، یہ عزت، یہ نام تم سے ہے
خدا کے جو دیے ہیں تم سے ہے
تمہارے دم سے ہے کھلے میرے لبوں میں کلاب
میرے وجود کا سارا نظام تم سے ہے
کہاں بشارت جہاں اور میں کم سن و نادان
یہ میری جیت کا سب اہتمام تم سے ہے
جہاں جہاں ہے میری دشمنی، سب میں ہوں
جہاں جہاں ہے میرا احترام و تم سے ہے

(کلام: ذہنی شاعر، مرحومہ: عابدہ حسن - کراچی)

کے لئے آخر ہم مکان کیوں بناتے ہیں؟ جب عمل کے بغیر
دعا سے ہر کام ہو سکتا ہے تو ہم زندگی سے متعلق معاملات
میں جدوجہد اور کوشش کرنے کی بجائے مانگ لیا کریں۔
یا اللہ! ہمیں اولاد دے، یا اللہ! ہمارا مکان بنادے، یا
اللہ! ہم سے محنت مزدوری نہیں ہوتی ہمارے منہ میں
روٹی کے لقمے ڈال دے۔

(اقتباس: آواز دوست - خواجہ شمس الدین عظیمی؛
مرسلہ: فائزہ علی - کراچی)

لاہور کی یادیں

بھائی دروازے کے باہر ہی ایک آنہ تھیزیکل کمپنی
میں ایک بار شیریں فرہاد کا کھیل لگا میں بھی یہ کھیل دیکھنے

گیا اس ڈرامے کا آخری منظر مجھے ہمیشہ یاد رہے گا آخری
سین میں ایسا ہوتا ہے کہ فرہاد پہاڑ کاٹ کر اس میں سے نہر
نکلانے کی کوشش کر رہا ہے فرہاد نے بر جس پلین رکھی تھی
اور پرانے سینٹر بجانے والوں کی وردی میں ملبوس تھا وہ پوچھی
مٹی کی ایک ڈھیری پر کدال چلا رہا تھا اور ساتھ میں گانا بھی
گارہا تھا، اچانک شیریں کی نوکرائی آکر کہتی ہے

نوکرائی: فرہاد! شیریں مرگئی

فرہاد: مگر تو تو زندہ ہے

نوکرائی: لُخ لانت ہے تیرے فرہاد تے، وے
تمہاری معشوقہ شیریں مرگئی ہے

فرہاد: (چنچ مار کر) ہائیں۔ میری شیریں مرگئی؟ آہ!
اب فرہاد زندہ رہ کر کیا کرے گا؟ سلام! اے فلک کیج
رفقار میرا آخری سلام!

اتنا کہہ کر فرہاد کدال اپنے سر پر مارتا ہے اور سٹیج پر
گر کر مر جاتا ہے نوکرائی فرہاد کی لاش کو ہاتھ لگا کر کہتی ہے
نوکرائی: بے چارہ مر گیا یہ میں نے کیا کر دیا مگر مجھے
تو بادشاہ سلامت نے کہا تھا

نوکرائی گانا گانے لگتی ہے جس کا مفہوم یہ تھا کہ ان
دونوں محبت کرنے والوں کی سچی داستان ہمیشہ زندہ رہے
گی اس دوران فرہاد سٹیج پر اس جگہ مردہ پڑا رہتا ہے جہاں
وہ گرہا تھا نوکرائی گانا ختم کر کے تماشا یوں کو سلام کرتی ہے
اور آؤٹ ہو جاتی ہے۔

اتفاق ایسا ہوا کہ جس جگہ فرہاد مر کر گرہا تھا اور سٹیج پر
جہاں اس کی لاش پڑی تھی وہاں اس کے عین اوپر لکڑی
کی وہ گیلی (شہتیر) تھی جس کے ساتھ پردہ لٹکا ہوا تھا اور
جسے پردہ گرنے کے ساتھ ہی کھل کر نیچے دھڑام سے گرنا
تھا فرہاد کی لاش نے کافی آنکھ سے جب دیکھا کہ مر کر
گرنے میں تھوڑا حساب کتاب غلط ہو گیا ہے اس کی لاش
لکڑی کی گیلی (شہتیر) کے عین نیچے آگئی ہے اگر اس

فرہاد کی موت

ہات میں پردہ گرا تو گیلی (شہتیر) اس کے اوپر آکر
لے گی اور وہ سچ سچ مر جائے گا تو لوگوں نے ایک بڑا
پلپ منظر دیکھا پردہ گرنے سے چند سیکنڈ پہلے لوگوں
نے محسوس کیا کہ فرہاد کی لاش میں جان پڑ گئی ہے اور اس
نے آہستہ کھسکا شروع کیا ہے فرہاد کی لاش کھسک کر
ہڈی سے پرے ہٹ گئی اور پردے کی گیلی یا شہتیر سٹیج پر
دھڑام سے آن گرا۔۔۔

لوگوں نے زور زور سے تالیاں بجاتے ہو مطالبہ کیا
کہ انہیں فرہاد کی لاش کے زندہ ہو کر کھسکنے کا سین دوبارہ
کھایا جائے والے مجبور ہو گئے تھے پردہ ایک بار پھر اٹھا دیا
ہا اور فرہاد کدال سر پر مار کر دوبارہ گرا وہ لاش کی طرح
بے حس و حرکت ہو گیا اور پھر پردہ گرنے سے دو سیکنڈ
پہلے فرہاد کی لاش سٹیج پر کھسکتی ہوئی پردے کے شہتیر سے
پہ چلی گئی لوگ دیر تک تالیاں بجاتے رہے یہ سین تو اس
میل کی جان بن گیا لوگ صرف یہی منظر دیکھنے کے لیے
حضور آئے تھے یہاں تک کہ تھیٹر والوں نے باہر لکھ
ر لگا دیا "حضرات! آئیے آئیے اپنے دوستوں کو بھی
لے آئیے اور فرہاد کی لاش کو قدرت خداوندی سے دوبارہ زندہ
کرنے دیکھیں"۔۔۔ (😊)

(اے حمید، لاہور کی یادیں سے اقتباس
مرسلہ: زہرا اسماعیل - لاہور)

کھیون ہار

جس طرح انسانی تعلقات کے کئی درجے ہیں مثلاً
پیشہ ورانہ، پھر دوستی، پھر گہری محبت اور آخر میں عشق،
ان طرح اللہ تعالیٰ سے تعلقات کے کئی مراحل ہیں۔ پہلے
کے گناہ، پھر بلند اعمالی، پھر شب بیداری اور آخر میں فنا
و لذات لیکن میں آپ کو اس کشن سفر میں بہت دور
لے جانا چاہتا، صرف پہلی منزل ہی کی سیر کرانا چاہتا

☆۔۔۔ دو چیزیں انسان کی کمزوری ظاہر کرتی ہیں: ایک جہاں
بولتا ہو وہاں خاموش رہنا۔ دوسرا جہاں خاموش رہنا ہو وہاں
بولنا۔

☆۔۔۔ عارف وہ ہے جو لوگوں سے دور نہ رہے بلکہ لوگوں میں رہ
کر لوگوں سے دور رہے۔

☆۔۔۔ مانگو تو تمہیں دیا جائے گا، ڈھونڈو گے تو پاؤ گے، دروازہ
کھٹکھاؤ گے تو تمہارے لئے دروازہ کھلے گا۔

☆۔۔۔ انسان عقل سے پہچانا جاتا شکل سے نہیں۔

☆۔۔۔ اگر آزادی عزیز ہے تو اپنے اندر آزاد قوموں جیسی
خصوصیات پیدا کرو۔

☆۔۔۔ بدترین حجاب نفس پسندی ہے۔

☆۔۔۔ اپنا ظاہر اور باطن ایک جیسا رکھو، تاکہ لوگ تم پر کامل
بھروسہ کریں۔

☆۔۔۔ قریب کے لوگ جسے چھوڑ دیتے ہیں دور کے لوگ اُسے
اپنا لیتے ہیں۔

☆۔۔۔ گناہ انسانی روح کے لئے زہر کا درجہ رکھتا ہے۔

باتوں سے خوشبو آنے

ہوں۔ اللہ سے رابطہ پیدا کرنے کی بنیادی شرط یہ ہے کہ
انسان گناہ کو چھوڑ دے۔ جھوٹ، فریب، فحش کاری،
بددیانتی، بے رحمی، رعوت، لالچ اور دیگر رذائل کو ترک
کرنے کے بعد دوسرا قدم یہ اٹھائے کہ اعمال و خیالات
میں بلندی و پاکیزگی پیدا کر لے۔ اس اقدام کا فائدہ یہ ہو گا
کہ دماغ خوف و خطر سے آزاد ہو جائے گا۔ نگاہ میں رجائیت
آجائے گی، یہ دنیا جو بدکاروں کے لئے آنسوؤں کی ایک
واہی ہے حسین و جمیل نظر آنے لگے گی۔ حرص و ناہید ہو
جائے گی۔ دنیوی لذات حقیر معلوم ہونے لگیں گی۔
دنیا سے دل بے نیازی سے معذور ہو جائے گی اور تسلیم و
رضا کی نعمت مل جائے گی۔

شعر و سفن

ہے شوق سفر ایسا کہ ایک سفر سے ہم نے
مستزل بھی نہیں پائی، راستہ بھی نہیں بدلا
(سید و راحت - کراچی)

ایمان و کفر اور ست و دنیا و دین سے
اے عشق شاد باش کہ تہا ہم ہی رہے
(سمیعہ علوی - کراچی)

میرا اس شہر عداوت میں بسیرا ہے جہاں
لوگ محبوں میں بھی لوگوں کا پراچھا ہے
(شمس العارفین - کراچی)

اس کائنات میں اے خبر کوئی انقلاب اٹھے گا پھر
کہ بلند ہو کے آدمی ابھی خواہشوں کا عسلام ہے
(جہانزیب قادری - کراچی)

اندھیری رات کو یہ معجزہ دکھائیں گے ہم
سپراخ اگر ست ملا... اپنا دل جلائیں گے ہم
(سین صدیقی - پورے والا)

ای ہارشوں سے دوستی اچھی نہیں مسراؤں
کپ تیرا مکان ہے کچھ تو خیال کر
(فاطمہ خان - لاہور)

اس قسم کی حرکات سے روک دیا۔ زمین کو البتہ نہیں روک
سکے۔ برابر حرکت کئے جا رہی ہے۔

شروع میں دنیا میں تھوڑے ملک تھے۔ لوگ خاصی
امن چین کی زندگی بسر کرتے تھے۔ پندرہویں صدی میں
کولمبس نے امریکہ دریافت کیا۔ اس کے بارے میں دو
نظریے ہیں۔

کچھ لوگ کہتے ہیں کہ اس کا تصور نہیں یہ ہندوستان
کو یعنی ہمیں دریافت کرنا چاہتا تھا۔ غلطی سے امریکہ کو
دریافت کر بیٹھا۔ اس نظریے کو اس بات سے تقویت ملتی

تھی اندر رواں دواں رہتے ہیں۔ کبھی یہ تالاب کی
سورت میں ہوتے ہیں، کبھی ندی نالوں، آبشاروں کی
جی اختیار کر لیتے ہیں اور کبھی سمندر بن جاتے ہیں اور
یہ رخ سمندر بننے میں تو بندہ عشق سے گزر کر
عقیدت کے دائرے میں داخل ہو جاتا ہے۔ (خواجہ
شمس الدین عظیمی)

... محبت ایک ایسا رشتہ ہے جو ذات، نسل اور
مذہب سے بالاتر ہے۔ محبت خالق کا وہ فارمولا ہے
جس پر کائنات کی تخلیق اور بقا ہے۔ (خواجہ شمس
الدین عظیمی)

(مرسلہ: ارم ریاض - میلسی، ضلع واہڑی)

جغرافیہ

جغرافیہ میں سب سے پہلے بتایا جاتا ہے، کہ
یہ گول ہے۔

ایک زمانے میں بے شک یہ چمٹی ہوتی تھی۔ پھر
گول قرار پائی۔ گول ہونے کا فائدہ یہ ہے کہ لوگ
شرق کی طرف جاتے ہیں مغرب کی طرف جاتے
ہیں۔ کوئی ان کو پکڑ نہیں سکتا۔ اسمگلروں بھرموں اور
سیاحت دانوں کے لیے بڑی آسانی ہو گئی ہے۔

ہلکے زمین کو دوبارہ چپنا کرنے کی کوشش کی تھی
لیکن کامیاب نہیں ہوا۔

پرانے زمانے میں زمین گل محمد کی طرح ساکن ہوتی
تھی۔ سورج اور آسمان وغیرہ اس کے گرد گھوما کرتے
تھے۔ شاعر کہتا ہے۔ رات دن گردش میں ہیں سات
آسمان۔ پھر گیلیلیو نامی ایک شخص آیا اور اس نے زمین کو
ہمارے گرد گھمانا شروع کر دیا۔ پادری بہت ناراض
ہئے کہ یہ ہم کو کس چکر میں ڈال دیا ہے۔

گلیلیو کو تو انھوں نے قرار واقعی سزا دے کر آئندہ

... محبت ایسا ہے اس کے لیے جسے دوست جانو، اس کو
جسے پسند کرو۔ (ابوبکر شبلی)

... حقیقی محبت تو یہ ہے کہ تم اپنے آپ کو مکمل طور پر اپنے
محبوب کے حوالے کر دو، یہاں تک کہ تمہارے پاس اپنی
ذات میں سے کچھ بھی باقی نہ رہے۔ (ابو عبد اللہ فریقی)

... محبت کا مضمون لطیف لفظ و بیان میں سما سکتا۔ محبت
حال ہے اور حال قال کے دائرہ امکان سے باہر ہوتا ہے
(داتا گنج بخش)

... میرا نام ان بندوں کی فہرست میں شامل کر لو جو خدا
کے بندوں سے محبت کرتے ہیں۔ (ابراہیم ادہم)

... محبت ایسی شے ہے جو سیکھنے اور بتانے کی نہیں۔
(معروف کرخی)

... نفرت... نفرت سے نہیں بنتی، بلکہ محبت اُسے ختم
کرتی ہے۔ (گوتم بدھ)

... تکلف کی زیادتی، محبت کی کمی کا باعث بن جاتی ہے۔
(امام غزالی)

... محبت ایک نورانی کلمہ ہے جسے نورانی ہاتھ نے نورانی
کاغذ پر لکھا۔ (خلیل جبران)

... محبت کا ایک لمحہ بغیر محبت کی سو سالہ زندگی سے بڑھ
ہے۔ (شیلے)

... محبت بالآخر ہر شے کو فتح کر لیتی ہے۔ آدہم بھی اس
کے آگے ہار مان لیں۔ (شیکسپیر)

... اگر دنیا میں ایک بھی محبت کرنے والا باقی نہ رہے تو
آفتاب اپنی حرارت کھو بیٹھے۔ (ہٹلر)

... زندگی کے جس چاک کو عقل نہیں سی سکتی، محبت
اُسے اپنی تار اور سوئی کے بغیر سی لیتی ہے۔ (علامہ اقبال)

... محبت دو روحوں کی نہ ختم ہونے والی پرواز ہے۔
(واصف علی واصف)

... محبت، عشق اور عقیدت تین رخ ہیں جو ہر انسان

اس کائنات پر ایک سرسری نظر ڈالنے کے بعد یہ
حقیقت کھل جاتی ہے کہ اللہ جو کچھ کرتا ہے ہماری بہتری
کے لئے کرتا ہے۔ اس کی گھٹائیں ہماری کھیتوں کے لئے
اور ہوائیں ریحہ حیات قائم رکھنے کے لئے ہیں۔ اس کے
آفتاب ہمارے کھل پکارے ہیں۔ اس کے ماہتاب ہماری
راتوں کو حسین و پر سکون بنا رہے ہیں۔ اس کی زمین ہمارا
بیرہ، ہمارا ذخیرہ خاندان اور ہماری سیر گاہ ہے۔ اگر اللہ کی ہر
تخلیق اس کا ہر اقدام اور ہر فعل ہمارے فائدے کے لئے
ہے تو کیا ہمارے لئے یہ بہتر نہیں کہ ہم اپنے آپ کو اس
کے سپرد کر دیں اور دکھ اور سکھ دونوں کو نعمت سمجھ کر
قبول کر لیں۔

ہم آئے دن ریلوں، موٹروں اور کشتیوں میں سوار
ہونے کے بعد اپنے آپ کو ملاحوں اور ڈرائیوروں کے رحم
و کرم پر چھوڑ دیتے ہیں۔

خیال یہ ہوتا ہے کہ ملاح ہوشیار ہے، پڑ خطر مقامات
سے آگاہ ہے، وہ ہماری کشتی کو ساحل تک بہ حفاظت پہنچا
دے گا۔ یہ دنیا بھی ایک سمندر ہے جس میں زندگی کی
نیارواں ہے، ہمارا کھین ہمارا اللہ ہے، وہ راہ کی چٹانوں سے
واقف اور منزل سے شناسا ہے، اس پر بھروسہ کیجئے، اپنے
آپ کو اس کے حوالے کر دیجئے، آپ پر کوئی زد نہیں
پڑے گی اور اس تسلیم و رضا سے آپ کی زندگی مسرور
مطمئن اور سرمدی بن جائے گی۔

(اقتباس: من کی دنیا۔ ڈاکٹر غلام جیلانی برق)۔
مرسلہ: سمیعہ علوی - کراچی)

اقوال محبت

... خواہ تھے محبوب سے کچھ ملے یا نہ ملے پھر بھی تیرا
میلان اسی کی طرف رہے تو یہ پختہ محبت کی علامت ہے۔
(حضرت جنید بغدادی)



معلوماتِ عالم

روح ذیل معلومات میں سے درست جوابات منتخب کر کے خالی جگہ اور کو پُر کریں اور پورا معنی و انجسٹ سے نکال کر اس ماہ کی آخری تاریخ تک ارسال کر دیں۔ اگر آپ کے جوابات درست ہوئے تو آپ کو معروف روحانی اسکالر خواجہ شمس الدین عظیمی کی ایک کتاب ان کے آؤ گراف کے ساتھ بطور انعام دی جائے گی۔ ایک سے زائد درست حل موصول ہونے پر فیصلہ قریب انداز کی ذریعہ کیا جائے گا۔

معلوماتِ عالم۔ روحانی ڈائجسٹ،

1-D, 1/7 ناظم آباد۔ کراچی 74600

1- سورة البینہ قرآن پاک کے _____ پارے میں ہے۔

(سناکسویں.... اتیسویں.... تیسویں)

2- آدم ثانی _____ کو کہا جاتا ہے۔

(حضرت موسیٰ.... حضرت نوح.... حضرت عیسیٰ)

3- مشہور صوفی بزرگ مہر علی گامزرا پاکستان کے شہر _____ میں واقع ہے۔

(سہون شریف.... سیدو شریف.... گولڑہ شریف)

4- مشہور ناول نگار ولیم شکسپیر کا تعلق _____ ملک سے تھا۔

(امریکہ.... برطانیہ.... فرانس)

5- پاکستان کے قومی ترانے میں اردو زبان کا صرف ایک لفظ _____ موجود ہے۔

(نشان.... شاد.... کا)

6- دنیا کا سب سے بڑا کاک ٹائلر _____ میں ہے۔

(دبئی.... ملائیشیاء.... سعودی عرب)

7- _____ کی آنکھیں اس کے دماغ سے بڑی ہوتی ہیں۔

(عقاب.... اونٹ.... شتر مرغ)

8- ون ڈے کرکٹ کا موجودہ چیمپئن _____ ہے۔

(سری لنکا.... پاکستان.... انڈیا)

کتابوں کا علم حاصل کرنے کا شوق ہوتا ہے۔ زندگی انہیں بہت بری طرح سے ضائع کرتی ہے۔
(عمیرہ احمد کے ناول "تھوڑا سا آسمان" سے
مرسلہ: امیر امیر۔ کراچی)

دیوار

دیوار میں چھپائے ہوئے خزانے کو قاری میں سمجھ دیوار بست کہتے ہیں۔ دولت کو محفوظ کرنے کا یہ طریقہ بہت پرانا ہے۔ سورۃ کیف میں حضرت موسیٰ اور حضرت خضر کا قصہ درج ہے۔ وہ ایک خوشحال بستی سے گزرے مگر کسی نے ان کی خاطر تواضع نہ کی۔ جب وہ ایک ایسے مکان کے پاس سے گزرے جس کی دیوار کچھ جھکی ہوئی تھی تو حضرت خضر نے از خود اور بغیر اجرت اس دیوار کی مرمت کر دی۔ لوگ بے التفات ہوں اور آپ ان کے لئے بیگار و کام میں جت جائیں۔ یہ کہاں کی دانشمندی ہے۔ یہ بات حضرت موسیٰ کے علم میں نہ تھی کہ یہاں جمعہ کنڈز۔ علم موسیٰ بھی ہے تیرے سامنے حیرت فروغ۔ "اور وہ دیوار جو درست کر دی گئی تو وہ شہر کے دو قیم لڑکوں کی ہے جس کے نیچے ان کا خزانہ گڑا ہوا ہے۔ ان کا باپ ایک نیک آدمی تھا۔ پس تمہارے پروردگار نے چار دونوں لڑکے اپنی جوانی کو پہنچیں اور اپنا خزانہ محفوظ پا کر نکال لیں۔" پس ثابت ہوا کہ باپ نیک ہو اور بچہ باپ پر ہو تو ساری زندگی جو دیوار بھی اس کی راہ میں حائل ہوگی اس کے نیچے خزانہ گڑا ہوا ملے گا۔ دیواریں اس لئے نہیں ہوتیں کہ مسافر رک جائے یا راستہ بدل لے۔ وہ مرمت کرنے یا ڈھانے کے لئے ہوتی ہیں تاکہ گنج دیوار بست جائز ورثہ تک پہنچ جائے۔

(اقتباس: لورج ایام۔ از مختار مسعود)

مرسلہ: سائرہ شکور۔ ابو نعیم)

ہے کہ ہم ابھی تک دریافت نہیں ہو پائے۔

دوسرا فریق کہتا ہے کہ نہیں، کو لمبے نے جان بوجھ کر یہ حرکت کی یعنی امریکہ دریافت کیا۔ بہر حال اگر یہ غلطی بھی تھی تو بہت سنگین غلطی تھی۔ کو لمبے تو مر گیا، اس کا نسیانہ ہم لوگ بھگت رہے ہیں۔ ☺

(اقتباس: اردو کی آخری کتاب... ابن انشاء)

مرسلہ: شیراز خان۔ کراچی)

امیری غربی

اگر دل میں کوئی چور نہ ہو تو آدمی جلد منازل طے کرتا ہے اسی لئے امیر آدمی اگر تہیہ کر لے تو وہ بڑے دربار میں بہت کم عرصے میں پہنچ جاتا ہے۔ غریب آدمی کے دل کے کسی کو نے کھدے میں، دولت کی محبت..... آسائش کی محبت..... روشن مستقبل کی خواہش چھپی ہوتی ہے وہ اس کے اوپر غلاف چڑھاتا ہے لیکن یہ چور نکلتا نہیں، کہیں دل میں بھیس بدل کر بیٹھ جاتا ہے، غریب عموماً مذہب پیر بن کر بیٹھ جاتا ہے آگے نہیں بڑھ سکتا۔ اصلی بات دل سے آرزو نکالنا ہے امیر کا امیری سے دل پر ہو چکتا ہے غریب کے دل میں ابھی ہوس ہوتی ہے حاصل کرنے کی

(اقتباس: من چلے کا سودا۔ از اشفاق احمد)

مرسلہ: رفیع الدین۔ لاڑکانہ)

علم

میں نے کتابوں کو نہیں پڑھا مگر.... زندگی کو بہت پڑھا ہے....

اور میں تم کو ایک بات بتاؤں.... زندگی میں وہی کامیاب ہوتے ہیں۔ جنہیں زندگی کا پتا ہوتا ہے.... اس کے بارے میں کچھ علم ہوتا ہے.... جنہیں صرف

انعامی مقابلہ کے نتائج

جولائی 2013ء کے درست جوابات

1. حضرت محمد ﷺ کا اسم گرامی ”محمد“ قرآن میں ”4“ مرتبہ آیا ہے۔
2. رمضان المبارک سے قبل ”شعبان“ کا مہینہ آتا ہے۔
3. مشہور صوفی بزرگ سلطان باہو کا مزار پنجاب کے ضلع ”جھنگ“ میں واقع ہے۔
4. احیاء العلوم ”لام غزالی“ کی تصنیف ہے۔
5. پاکستان کے پہلے صدر ”سکندر مرزا“ تھے۔
6. خوشبودن کا شعر ”بیرس“ کو کہا جاتا ہے۔
7. کینگر و جانور ”آسٹریلیا“ میں پایا جاتا ہے۔
8. کرکٹ کا پہلا ورلڈ کپ ”1975ء“ میں ہوا۔

جولائی 2013ء کے شمارے میں شائع ہونے والے سوالات کے جوابات خواتین و حضرات کی بڑی تعداد نے ارسال کیے۔ قرعہ اندازی کے ذریعے جناب حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آٹو گراف کے ساتھ ان کی ایک کتاب حاصل کرنے والے خوش قسمت ”محمد دانش ولد محمد شاہد۔ راولپنڈی“ قرار پائے ہیں۔ ادارہ روحانی ڈائجسٹ ”محمد دانش“ کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔

آٹھ درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

کراچی: اریہ نور۔ تیمور حامد۔ جواد علی۔ رداغیاث۔ ریاض سلیم۔ زرین شاہ۔ سیدہ علیا مسرور۔ شائستہ رضوان۔ طاہرہ احمد۔ طوبی دانش۔ عائشہ زاہد۔ فیصل خان۔ فوزیہ افضل۔ فاطمہ علی۔ محمد عماد۔ میمونہ خان۔ محمد فیضان۔ محمود شہباز۔ محمد سلیم خان۔ محمد حیدر۔ نمر احیاف۔ نیہا جبار۔ نازش رضا۔ **حیدر آباد:** قمر جہاں۔ مسعود علی۔ **لاہور:** خاور جنید۔ عمر سر فراز۔ فرحان احمد۔ محمد عماد رضا۔ نوید خان۔ **اسلام آباد:** سمیرا جواد۔ علی شاہد۔ **سکسور:** انعم داد۔ فرزاد حمید۔ حامد سلیم۔ **گوجرانوالہ:** زید ندیم۔ خاور علی۔ حسین علی۔ **پشاور:** یاسر علی۔ شبیر علی۔ محمد شمیم خان۔ طاہرہ خان۔ **جہلم:** محمد اطہر۔ محمد ندیم۔ ماریہ حمید۔ نوید جہاں۔ نسیم خان۔ واجد فیاض۔ وسیم جاوید۔

سات درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

کراچی: زینب رضا۔ غلیل احمد۔ شاہد خان۔ ذیشان علی۔ شاہ میر۔ ظفر علی۔ ماہم حماد۔ ناصر جمال۔ نور احمد۔ **راولپنڈی:** بشیر احمد میر۔ محمد شاہد مسعود۔ ماریہ اسلم۔ **ایبٹ آباد:** شاکل خان۔ شمیم نواز۔ صاحب علی۔ **اسلام آباد:** احمر شاہ۔ انیس احمد۔ محمد طاہر۔ ماجد ناظم۔ میمونہ سلیم۔ مہوش شہزاد۔

کوین برائے معلومات عالم (انعامی کوزہ) اس ماہ کے بہترین مضامین (لفافے پر انعامی مقابلہ ضرور تحریر فرمائیں)

نام..... ولدیت.....

پیشہ..... عمر..... تعلیم.....

مکمل پتہ.....

روحانی ینگ رائٹرز کلب
(روحانی ینگ رائٹرز کلب میں شمولیت کے لیے اپنی لکھائیاں اس کوین کو بھجوانے کے لیے اپنی حالیہ صاف اور واضح تصویر کے ہمراہ ارسال کیجیے۔)

نام.....

ولدیت.....

عمر..... صنف.....

تعلیم.....

پسندیدہ مضامین.....

اضافی قابلیت..... پیشہ.....

مشاغل (ملاحظہ صفحہ پر تفصیل سے لکھ کر منسلک کریں).....

مکمل پتہ.....

ای میل ایڈریس.....

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ
(بچوں کے صفحات کہانی، نظم، لطیفہ اور تصاویر ارسال کرتے ہوئے کوین میں مطلوبہ کوائف تحریر کر کے ہمراہ منسلک کریں۔)

نام.....

ولدیت.....

عمر..... کلاس.....

اسکول کا نام.....

مکمل پتہ.....

خواجہ شمس الدین عظیمی ایک نام ہے

جس کو سن کر ذہن میں ماورائی دنیا کا نقشہ ابھر نے لگتا ہے، فہم میں گہرائی پیدا ہوتی ہے۔
دل اللہ اور اللہ کی مخلوق کی محبت سے بھر جاتا ہے۔ ان کے قلم سے لکھی ہوئی ہر کتاب کو عوام
نے پسند اور قبول کیا ہے۔ عظیمی صاحب کی مندرجہ ذیل کتابیں پڑھئے اور سکون حاصل کیجئے۔

آواز دوست

آواز دوست اللہ کے دوست کے
باطن پر وارد ہونے والے خیال سے اُٹھنے
والی لہریں۔ فکر افزاء طرز نگارش۔

روحانی نماز

روحانی نماز نماز کا سائنسی منہدم
رکوع، سجود، قعدہ، قیام اور نیت باندھنے
میں پوشیدہ حکمتوں کا انکشاف۔

تجلیات

تجلیات روحانی طرز فکر اور
صاحب قرآن کی رہنمائی میں استدلال سے
زندگی کے ہر شعبہ کی آیادی۔

ٹیلی پیتھی

ٹیلی پیتھی سیکھئے ٹیلی پیتھی کے
ذریعے اپنے ماورائی دماغ Computer
سے کام لینا سیکھئے۔

کشکول

کشکول بزرگوں، نوجوانوں، طلباء و
طالبات اور ماورائی دنیا میں سفر کرنے والے
خواتین و حضرات کے لئے ایک دستاویز

قلندر شعور

قلندر شعور قلندر شعور عین الہی
روحانی سائنس کے طالب علموں کو شعوری دنیا
کے اس پار ماورائی عالم میں داخل کر دیتی ہے۔

عظیمی صاحب کے تربیت یافتہ شاگردوں کی تحریر کردہ کتابیں

بابائے الدین

بابائے الدین ناگپوری شہناز
ہفت اقصیٰ حضرت بابائے الدین ناگپوری کے
کشف و کرامات۔ ان کی سائنسی توجیہ اور فہم
پانچگان حضرات کے حالات زندگی

مستانی

مستانی غیب و شہود کی ممتاز خاتون
مستانی ایک نئی کہانی، خبر و شر کے
تجربات اور روحانی کیفیات کی دستاویز۔

سہیل احمد

محمد مونس خان

معلم

معلم والدین، اساتذہ اور طلباء و
طالبات کے لئے نماز کے موضوع پر ایک
معلوماتی کتاب۔ روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹر
وقار یوسف عظیمی کے قلم سے

حق الیقین

حق الیقین روحانی ڈائجسٹ میں
”حق الیقین“ کے زیر عنوان
وقار یوسف عظیمی کے مضامین کا ایک
مجموعہ کتابی صورت میں

وقار یوسف عظیمی

وقار یوسف عظیمی

یہ کتابیں ہر بڑے بک اسٹال پر دستیاب ہیں۔ براہ راست منگوانے کے لئے اس پتہ پر رابطہ کیجئے:

کتبہ روحانی ڈائجسٹ 1-D، 1/7 ناظم آباد۔ کراچی 74600۔ فون نمبر: 021-36688931
021-36685469

بچوں کا جہان ڈائجسٹ



خضر عقیل



عبدالرافع



دردانہ شاہد



وعاسلمان

بادشاہ کا انتخاب



سچ بولنے والے بھلائی کی کب پروا کرتے ہیں۔

عائشہ جلیل۔ کراچی

بتائے۔ آریان روز صبح اٹھتا اور بھاگتا ہوا لان میں جاتا جہاں ایک خوبصورت گملے میں اس نے وہ بیج بویا تھا۔ وہ ہر روز اس امید سے جاتا کہ کوئی نازک سی کوئیل پھوٹی ہوگی۔ مگر اسے مایوسی ہوتی لیکن پھر بھی وہ ہر صبح ایک نئی امید کے ساتھ پودے کو ضرور دیکھتا کہ شاید آج اس کی امیدوں کی کرن پھوٹی ہو لیکن اس کو روزِ ناامیدی ہوتی۔ جب ایک بختے کوئیل نہیں پھوٹی تو وہ فکر مند ہوا اور اپنے دو سرے ساتھیوں کے پاس گیا کہ ان کے پودوں کے بارے میں معلوم کرے۔ پہلے ساتھی نے کہا۔ ”میرا پودا تو پانچ دن پہلے ہی پھوٹ گیا تھا۔ اب تو نرم کوئیل سے نازک پتے بھی نکل آئے ہیں۔ بہت حسین پودا تیار ہو رہا ہے۔“

دو مہینے کے بعد تو اس پودے کی شان دیکھنے کے لائق

آج سے کئی سو سال پہلے کسی ملک میں ایک عادل بادشاہ حکومت کرتا تھا۔ وہ بہت لائق، ایماندار اور رعایا کے دکھ سکھ کا ساتھی تھا۔ اس کے عہد حکومت میں ہر طرف خوشحالی کا دور دورہ تھا۔ رعایا اس سے بہت خوش تھی۔ جب وہ بادشاہ بوڑھا ہوا تو اس نے سوچا کہ اپنی زندگی میں ہی کسی کو بادشاہ مقرر کر دے۔ پہلے تو اس نے سوچا کہ رسم کے مطابق اپنے چاروں بیٹوں میں سے سب سے بڑے بیٹے کو تاج پہنا دے لیکن چونکہ چاروں بیٹے نالائق تھے۔ اس لیے بادشاہ نے سوچا کہ وہ اپنی سلطنت میں سے ہی کسی کو بادشاہ منتخب کرے۔

بادشاہ نے ملک بھر میں اعلان کروادیا کہ تمام نوجوان جو خود کو مختی سمجھتے ہیں بادشاہ کے دربار میں حاضر ہوں۔ مقررہ تاریخ پر جب بے شمار

نوجوان بادشاہ کے دربار میں حاضر ہوئے تو ان میں سے چار نوجوانوں کا انتخاب کیا گیا۔ بادشاہ نے ان منتخب شدہ نوجوانوں سے کہا۔ ”میرے ملک کے ذہین نوجوان! اب میں بوڑھا ہو گیا ہوں۔ میں نے یہ سوچا ہے کہ آئندہ کے بادشاہ کا انتخاب تم لوگوں سے کروں۔ میں آپ کو ایک نایاب گلاب کے بیج دے رہا ہوں۔ تم چاروں اپنے اپنے بیج لے جاؤ۔ خوب محنت کرو۔ عمدہ مٹی لگاؤ۔ پابندی سے کھاد اور پانی دو اور مناسب روشنی کا انتظام کرو۔ دو مہینے کے بعد اپنے اپنے پودے میرے پاس لے کر آنا جس کا پودا سب سے زیادہ سرسبز و شاداب ہو گا وہی آئندہ کا بادشاہ ہو گا۔“

ان چاروں نوجوانوں میں سے ایک کا نام آریان تھا۔ وہ اپنا بیج بہت احتیاط سے اپنے گھر لے گیا اور اپنی ماں کو پوری کہانی سنائی۔ آریان کی ماں ایک ذہین اور نیک خاتون تھیں۔ اس نے پودا لگانے میں آریان کی مکمل مدد کی اور اسے پودے کو تروتازہ رکھنے کے سارے طریقے

ہو گئی۔ باقی دو ساتھیوں نے بھی اپنے اپنے پودے کی بہت تعریف کی۔ ہر کسی کو یقین تھا کہ اس کا پودا سب سے خوبصورت ہو گا اور وہی مقابلے میں کامیاب ہو گا۔ آریان نے کسی سے بھی اپنے پودے کا ذکر نہیں کیا اور سر جھکا کر گھر آ گیا۔ دو مہینے گزرنے کے بعد وہ دن آ گیا۔ آریان بہت افسردہ اور غمگین تھا۔ اس کا خیال تھا کہ شاید اس سے پودے کی نگہداشت میں کوئی کوتاہی ہو گئی ہے۔ جس کی وجہ سے اس کا پودا مر جھا گیا۔

دو مہینے گزرنے کے بعد اس دن جب چاروں نوجوان اپنے پودے بادشاہ کے سامنے لے کر حاضر ہوئے تو آریان نے اپنی ماں سے کہا کہ وہ خالی گملے کر نہیں جائے گا لوگ اس کا مذاق اڑائیں گے اور ہو سکتا ہے کہ بادشاہ ناراض ہو کر اسے سزا بھی دے دے۔ آریان کی امی نے سمجھایا کہ وہ بادشاہ کے سامنے ضرور پیش ہو اور سچ سچ ساری حقیقت بیان کر دے۔ انسان کا کام محنت کرنا ہوتا ہے پھل دینے کا فیصلہ اللہ تعالیٰ کرتا ہے۔

آریان سر جھکائے ہوئے اپنا گملہ لے کر بادشاہ کے دربار میں حاضر ہوا تو لوگ اسے دیکھ کر ہنس رہے تھے اور آوازیں کس رہے تھے۔ اس نے خاموشی سے اپنا خالی گملہ تینوں گملوں کے ساتھ رکھ دیا جن میں خوشنما پودے لہلہا رہے تھے۔ سب لوگ ان پودوں کی تعریف کر رہے تھے اور منتظر تھے کہ ان تینوں میں سے کس کا انتخاب ہوتا ہے۔ بادشاہ پہلے گملے کے پاس آیا اور سرخ گلاب دیکھ کر بہت خوش ہوا۔ باقی گملوں

میں کھلے ہوئے حسین پھولوں کی بھی بادشاہ نے تعریف کی۔ آخر میں خالی گملہ دیکھ کر

بادشاہ کھڑا ہوا کیا جس کے نزدیک آریان سر جھکائے کھڑا تھا۔ بادشاہ نے کرمخت لہجے میں آریان سے کہا۔ ”نوجوان! یہ کیسا مذاق ہے۔۔۔ اس کا پودا کہاں ہے۔۔۔؟“

آریان نے افسردہ لہجے میں کہا۔ ”جناب عالی میں نے ہر ممکن کوشش کی۔ اچھی مٹی ڈالی۔ وقت پر کھاد اور پانی دیا لیکن افسوس کہ بیج نہیں پھوٹا۔ میری ماں کہتی ہے کہ محنت کرنا بندے کا کام ہے۔ پھل اللہ تعالیٰ عنایت کرتا ہے۔ عجیب بات ہے کہ اتنی محنت کرنے کے بعد بھی بیج نہیں پھوٹا۔“

دربار میں سب لوگوں کو یقین تھا کہ آریان کو بادشاہ کے قہر کا سامنا کرنا پڑے گا لیکن سب لوگ حیران رہ گئے کہ بادشاہ نے آریان کے سر پر شفقت سے ہاتھ پھیرتے ہوئے اپنے قریب بٹھایا اور اعلان کیا کہ ”یہ نوجوان آپ کا اگلا بادشاہ ہو گا۔ مجھے یقین ہے کہ یہ ایماندار اور سچا حکمران بنے گا۔“

آپ سب لوگ یہ سوچ رہے ہوں گے کہ میں نے اس نوجوان کا انتخاب کیوں کیا تو سنئے! میں نے چاروں نوجوانوں کو ابلے ہوئے بیج دیے تھے ان کا پھوٹنا ناممکن تھا۔ آریان کے علاوہ تینوں نوجوانوں کے بیج بھی سڑ گئے ہوں گے لیکن انہوں نے مجھے دھوکا دینے کے لیے دوسرے بیج لگا دیے اور اپنی کارکردگی دکھانے آ گئے لیکن اس نوجوان نے سب سچ بتا دیا اور اس کی پروا نہیں کہ اس کو اس ایمانداری کی کیا سزا مل سکتی ہے۔“

کہتے ہیں آریان نے ایک طویل عرصہ تک حکومت کی۔ اس کے دور حکومت نے بہت ترقی کی اور رعایا بہت خوش حال رہی۔



سنج محلہ ٹ

بہت عرصے کی بات ہے۔ لبنان میں ایک بادشاہ حکومت کرتا تھا۔ وہاں کے لوگوں کو اپنے بادشاہ سے بڑی محبت تھی۔ اور بادشاہ بھی رعایا کا بے حد خیال رکھتا تھا۔ وہ اپنے بزرگوں کی تقلید کرتے ہوئے روزانہ سادہ کپڑوں میں شہر کی گلیوں میں گھوم پھر کر لوگوں کے بارے میں معلوم کرتا رہتا تھا کہ لوگ کس طرح دن گزار رہے ہیں۔ اگر کوئی دکھی ہوتا تو بادشاہ اس کی مدد بھی کر دیا کرتا۔

ایک رات بادشاہ حسب معمول شہر کی گلیوں میں گھوم رہا تھا۔ چلتے چلتے وہ جیل کے دروازے تک پہنچ گیا۔ جیل کے پاس سپاہی ایک چور کو پکڑ کر اندر لے جا رہا تھا۔ بادشاہ نے سوچا آج جیل کے اندر جا کر دیکھنا چاہیے کہ یہاں کیا ہوتا ہے۔ یہ سوچ کر بادشاہ جیل کے دروازے کے پاس پہنچ گیا۔ بادشاہ کو دیکھتے ہی سپاہیوں نے پہچان لیا اور تعظیم سے سر جھکا دیے۔ بادشاہ نے جب سپاہیوں کو بتایا کہ وہ جیل کا معائنہ کرنا چاہتا ہے تو سپاہی بادشاہ کو لے کر اندر چلے گئے۔ قیدیوں کو جب بتا چلا کہ بادشاہ سلامت خود جیل کران سے ملنے آئے ہیں تو وہ سب بادشاہ کے ارد گرد جمع ہو گئے۔ بادشاہ نے باری باری ان سے ان کے حالات پوچھے۔ بادشاہ نے ایک قیدی سے پوچھا، ”تمہیں کس جرم کی سزا ملی ہے....؟“

وہ آدمی کہنے لگا ”بادشاہ سلامت! میں نے کوئی جرم نہیں کیا۔ میں بے گناہ ہوں۔ مجھے چوری کے الزام میں پکڑا گیا ہے۔ حالانکہ میں نے زندگی میں کبھی چوری نہیں کی۔“

بادشاہ نے جب دوسرے قیدی سے پوچھا کہ تمہارا قصور کیا ہے تو اس نے بھی روتے ہوئے بادشاہ سے کہا کہ میں بے قصور ہوں، میں نے کوئی جرم نہیں کیا لیکن یہ سپاہی پھر بھی مجھے پکڑ کر لے آئے ہیں۔ غرض جتنے بھی قیدی تھے سب ہی نے بادشاہ کو یہ یقین دلانے کی کوشش کی کہ وہ بے گناہ ہیں۔ بادشاہ سلامت سب کی باتیں سنتے رہے اور مسکراتے رہے۔ اتنے میں بادشاہ کی نظر ایک ایسے قیدی پر پڑی جو سر جھکائے الگ بیٹھا تھا۔ بادشاہ نے سپاہیوں سے کہا کہ اس آدمی کو ہمارے پاس لاؤ، یہ کیوں منہ چھپائے بیٹھا ہے....؟ سپاہی جب اس آدمی کو بادشاہ کے پاس لائے تو بادشاہ نے پوچھا ”اے نوجوان! کیا بات ہے....؟ تم منہ چھپائے کیوں بیٹھے ہو....؟“

اس آدمی نے روتے ہوئے کہا ”بادشاہ سلامت! میں بے حد گناہ گار ہوں۔ میرے گناہ نے مجھے اس قابل نہیں چھوڑا کہ میں کسی کو



منہ دکھا سکوں۔“

بادشاہ نے کہا ”تمہیں بتاؤ تو کسی تم نے کیا جرم کیا ہے....؟“

اس شخص نے کہا ”میں ایک اچھا آدمی تھا۔ ہمیشہ ایمان داری سے کام کرتا تھا۔ ایک دن نجانے کیوں میرے دل میں شیطان نے گھر کر لیا اور میں نے ایک آدمی کے پیسے چرائیے اور یوں مجھے جیل بھیج دیا گیا۔“

بادشاہ نے سوچتے ہوئے کہا ”یہاں یہ سب بے گناہ ہیں سوائے تمہارے۔ صرف تم ہی ایک ایسے آدمی ہو جس نے اپنے آپ کو گناہ گار بتایا ہے۔ لہذا اتنے بے گناہ لوگوں میں ایک گناہ گار کو نہیں رکھنا چاہیے۔ میں تمہیں رہا کرتا ہوں۔“

کچھ عرصہ گزر گیا۔ ایک دفعہ بادشاہ پھر جیل کا معائنہ کرنے آیا اور باری باری قیدیوں سے ملاقات کی۔ اس دفعہ ہر قیدی نے بادشاہ کو اپنے جرم کی تفصیل سنائی۔ بادشاہ نے یہ سننے کے بعد حکم جاری کیا کہ یہ لوگ واقعی گناہ گار ہیں۔ انہیں ابھی تک شرمندگی کا احساس نہیں۔ یہ بڑے فخر سے اپنے جرموں کی کہانی مزے لے لے کر سناتے ہیں۔ لہذا ان کی سزا اور بڑھادی جائے۔

یہ سن کر وہ لوگ بے حد حیران ہوئے اور بادشاہ کے جانے کے بعد اس کے وزیر سے پوچھنے لگے کہ جب اس شخص نے اپنے گناہ کا اعتراف کیا تھا تو بادشاہ نے اسے چھوڑ دیا تھا لیکن جب ہم نے گناہ کا اعتراف کیا ہے تو بادشاہ نے ہمیں اور سزا دی ہے۔ یہ سن کر بادشاہ کا وزیر جو بے حد متکبر تھا اور بادشاہ کے مزاج کو سمجھتا تھا، کہنے لگا، ”پہلے

آدمی کو اس لیے چھوڑا گیا کہ اس نے جرم کا اعتراف اس لیے نہیں کیا تھا کہ وہ آزاد ہوتا چاہتا تھا، بلکہ اس لیے کیا تھا کہ وہ اپنے کیے پہ نادم تھا۔ لیکن تم لوگوں نے پہلی دفعہ بادشاہ کو اپنی بے گناہی کی کہانی سنائی تاکہ وہ تمہیں آزاد کر دے۔ اس مرتبہ گناہ کا اعتراف بھی اس لیے کیا کہ شاید بادشاہ تمہیں چھوڑ دے، اس لیے بادشاہ نے تمہیں آزاد نہیں کیا۔“



(مرسلہ: نہایت بابر کراچی)

پھر سادہ کا موسم آیا!
رم جھم رم جھم مینہ برسا!
چھائے ہیں آکاش پہ بادل!
ندی ٹالے سارے جل تھل!
کوئل کوٹو بول رہی ہے!
امرت کا رس گھول رہی ہے!
جھوم رہی ہیں مست گھنائیں!
چلنے لگی ہیں ٹھنڈی ہوائیں!
رنگ برنگے پھول ہیں ہر سو!
گلشن میں پھیلی ہے خوشبو!
چھائی ہے ہر سو ہریالی!
جھوم رہی ہے ڈالی ڈالی!
پھول نے پھر یہ نغمہ گایا!
سادہ کا اب موسم آیا!



آدمی کو اس لیے چھوڑا گیا کہ اس نے جرم کا اعتراف اس لیے نہیں کیا تھا کہ وہ آزاد ہوتا چاہتا تھا، بلکہ اس لیے کیا تھا کہ وہ اپنے کیے پہ نادم تھا۔ لیکن تم لوگوں نے پہلی دفعہ بادشاہ کو اپنی بے گناہی کی کہانی سنائی تاکہ وہ تمہیں آزاد کر دے۔ اس مرتبہ گناہ کا اعتراف بھی اس لیے کیا کہ شاید بادشاہ تمہیں چھوڑ دے، اس لیے بادشاہ نے تمہیں آزاد نہیں کیا۔“



دی گئی تصویر میں نمبر کے مطابق رنگ بھریں:
1- چملا 2- تاریخی 3- آسانی لٹا
4- جامنی 5- ہبز 6- گلابی

نقطے ملائیں اور رنگ بھریں



کاغذ کی کشتی بنائیں

(1) ایک A4 سائز کا مستطیل کاغذ لیں، (2) اب اسے درمیان سے موڑ لیں، (3) اب دائیں اور بائیں جانب سے ایک ایک تہہ ایک جانب مرکزی حصہ تک موڑ لیں اور ایک ٹکون کی طرح بنالیں۔ (4) اس ٹکون کے نیچے سے دو انچ تک کی پٹی اوپر کی جانب موڑ لیں (5) دوسری پٹی کے ساتھ بھی یہی عمل دہرائیں۔ یہ ایک بیٹ کی مانند بن جائے گا، (6) اب اس بیٹ کے اندر انگوٹھے ڈال کر اسے اس طرح موڑیں کہ درمیانی حصہ کونوں میں اور دونوں کونے درمیان میں آجائیں (7) اور اس طرح یہ ایک چوکور شکل میں تبدیل ہو جائے گا۔ (8) اب اس چوکور کے نیچے سے دو انچ تک کی پٹی دونوں جانب موڑ لیں، (9) اب اس کے نیچے سے دو انچ گھٹے ڈال کر اسی طرح موڑیں کہ درمیانی حصے کونوں میں اور کونے درمیان میں آجائیں۔ (10) اب اس کے نیچے سے دو انچ تک کی پٹی دونوں جانب دوبارہ موڑ لیں، (11) ان دائیں بائیں دونوں جانب ٹکون کناروں کو باہر کی جانب کھینچ لیں۔ (12) لیجیے کاغذ کی کشتی تیار ہے۔



عجیب و غریب دلچسپ معلومات

ہولڈر آبشار ہے کہ یہاں اونچائی سے گرنے والے پانی کی دھار کسی دوسری جگہ ٹکرائے بغیر سب سے نیچے آتی ہے، پانی کی یہ واحد جسمت 2648 فٹ اونچی ہے۔ اینجل فالز جنوب مشرقی ونیزویلا کے گیانا میں واقع ہے۔ علاقے میں چورن نامی دریا پر واقع ہے۔ عظیم الشان پہاڑی چوٹیوں کے اوپر بہنے والے دریا کے پانی کو نیچے کرنے میں چودہ سکنڈ کا وقت لگتا ہے۔ اس کا نام ایک امریکی پائلٹ جی اینجل کے نام پر رکھا گیا ہے جس نے ان آبشاروں کو دوران پرواز دریافت کیا تھا۔

دنیا کا بلند ترین آبشار: دنیا کا سب سے اونچا آبشار "اینجل فالز" ہے جہاں سے پھوٹنے والا پانی 3212 فٹ نیچے گرتا ہے۔ یہ اس لحاظ سے بھی دنیا کا سب سے منفرد ریکارڈ



دنیا کا طویل ترین دریا: دنیا کا سب سے طویل دریا براعظم افریقہ میں واقع ہے۔ تاریخی دریائے نیل تنزانیہ اور یوگنڈا کی حدود میں واقع وکٹوریہ جھیل کی دھاروں سے نکل کر چار ہزار 145 میل (6671 کلومیٹر) کا سفر طے کرنے کے بعد شمال کی جانب بحیرہ روم میں جا گرتا

ہے۔ چونکہ اس دریا کی گہرائی مختلف مقامات پر مختلف ہے اس لیے دریا کے صرف دو ہزار میل حصے میں کشتیاں چلائی جاسکتی ہیں۔ دریائے نیل چار ملکوں روانڈا، یوگنڈا، سوڈان اور مصر سے گزرتا ہے اور ان ملکوں کی زراعت و معیشت کے لیے یہ دریا بڑھ کی بڑھ کی حیثیت رکھتا ہے۔ دریائے نیل کا قیمتی پانی فصلوں کی آبپاشی کے علاوہ بجلی پیدا کرنے کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

دنیا کا سب سے بڑا ریگستان: شمالی افریقہ میں "صحارا" کاریمستان اندازاً پچیس لاکھ مربع میل (اکیانوے لاکھ مربع کلومیٹر) رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔ مراکش، الجزائر، تونس، لیبیا، مصر، ماریطانیہ، مالی، نائجیر، چاڈ اور سوڈان تک

اس صحرا کی وسعت پانچ ہزار دو سو میل پر محیط بتائی جاتی ہے۔ صحارا کو دنیا کا خشک ترین علاقہ بھی گردانا جاتا ہے جہاں سالانہ آٹھ انچ سے بھی کم بارش ہوتی ہے۔

اس صحرا میں جہاں نخلستان ہیں وہاں کھجور اور بیول یا کیکر کے درخت آگے آتے ہیں۔ اس بیٹ نامک صحرا میں افریقی غزال ہرن، عمودی سینگوں والا ہرن، گیدڑ اور لومڑی جیسے جانور دیکھنے کو ملتے ہیں۔





😊.... ایک کوچوان دوسرے کوچوان سے: تمہارا گھوڑا سوکھی گھاس بڑے شوق سے کھا رہا ہے۔ جبکہ میرا گھوڑا تو صرف ہری گھاس کھاتا ہے۔

دوسرا کوچوان بڑے فخر سے بولا: میں نے گھوڑے کی آنکھوں پر ہرے شیشوں کا چشمہ لگایا ہوا ہے۔

(مرسلہ: گلشن خان۔ کوئٹہ)

😊... ایک شخص بس میں بہت بڑی بوری لے کر سوار ہوا۔ کنڈیکٹر نے کہا: بھائی! اس بوری کا بھی ٹکٹ لو۔

پہلے تو وہ تھانا، لیکن پھر آدھا ٹکٹ لینے پر راضی ہو گیا۔

مگر کنڈیکٹر بولا: آپ کو پورا ٹکٹ ہی لینا ہو گا۔

اس آدمی نے بوری کا منہ کھولا اور بولا: باہر نکل آؤ بھائی! جب پورا ٹکٹ ہی لینا ہے تو بوری میں سفر کرنے کی کیا ضرورت ہے۔

(مرسلہ: ناقصی حنیف۔ کراچی)

😊... استاد: پانی میں رہنے والے پانچ جانوروں کے نام بتاؤ۔۔۔؟

شاگرد: مینڈک، مینڈک کی امی، مینڈک کے ابو، مینڈک کی بہن، مینڈک کا بھائی۔

(مرسلہ: نواز وسیم۔ لاہور)

😊... پہلا دوست: بھینس کا دودھ پی رہا تھا۔

دوسرا دوست: کیا کر رہے ہو۔۔۔؟

پہلا دوست: دودھ پی رہا ہوں۔ استاد صاحب کہتے ہیں کہ بھینس کا دودھ پینے سے دماغ تیز ہوتا ہے۔

دوسرا دوست: اگر ایسا ہو تو بھینس کے بچے ساخن دان نہ بن جائیں۔

(مرسلہ: مبہوش ریاض۔ سیالکوٹ)

😊.... بیوی شوہر سے: دو روٹیاں اکٹھی کیوں کھا رہے ہو۔۔۔؟

شوہر: ڈاکٹر صاحب نے ڈبل روٹی کھانے کو کہا تھا۔

(مرسلہ: کامران فرید۔ حیدرآباد)

😊.... ایک شخص بال کٹوا کر آیا۔ سب نے کہا: اتنے چھوٹے بال۔۔۔؟

وہ بولا: اس کے پاس سو روپے کا کھلا نہیں تھا تو میں نے کہا پچاس روپے کے اور کاٹ دو۔

(مرسلہ: ضمیر فرید۔ راولپنڈی)

😊.... ایک دیہاتی گاؤں سے ایک بیمار مرغی بچے کے لیے بازار گیا تو بازار میں ایک شخص نے اس سے پوچھا کہ اس مرغی کا سر کیوں نیچے ہے۔ بیمار تو نہیں ہے۔۔۔؟

دیہاتی نے کہا: گاؤں کی مرغی ہے بازار میں شرماتی ہے۔

(مرسلہ: انعم علی۔ کراچی)

😊.... ایک کبوتر شخص گھر سے رخصت ہونے لگا۔

بیگم نے پوچھا: کیا واقعی پیسے بولتا ہے۔

😊

شوہر نے جھجک کر کہا: ہاں بیگم! تو یہی ہے۔

بیگم نے کہا: تو جاتے وقت شگوار میری کوئی رقم چھوڑ جائے گا۔ میں آپ کے جانے کے بعد بہت تنہائی محسوس کرتی ہوں۔

(مرسلہ: محمد علی۔ کراچی)

😊.... ایک پاگل دوسرے پاگل سے: میرے لیے پانی لے کر آؤ۔

پہلا پاگل پانی لے کر آیا۔

دوسرا پاگل: یہ تو گرم ہے۔

پہلا پاگل: ہلا کر پیو۔ ٹھنڈا نیچے پیٹھ گیا ہے۔

(مرسلہ: گلشن خان۔ کوئٹہ)

😊.... ایک آدمی کا سر پھٹ گیا۔ ڈاکٹر نے پوچھا: یہ کیسے ہوا؟

وہ بولا: "میں جوتے میں کیل خٹو تک رہا تھا، ایک آدمی نے مجھ سے کہا کھوپڑی استعمال کرو۔"

دیہاتی نے کہا: گاؤں کی مرغی ہے بازار میں شرماتی ہے۔

(مرسلہ: انعم علی۔ کراچی)

😊.... ایک کبوتر شخص گھر سے رخصت ہونے لگا۔

بیگم نے پوچھا: کیا واقعی پیسے بولتا ہے۔

😊

مرکزی مراقبہ ہال سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمت خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح 7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلا و کا انعقاد کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

محفل مراقبہ



شاگرد: خالدہ جاوید۔ خاور اسلم۔ خضری شاہد۔ خلیق الزمان۔ دانش حسن۔ دانش علی۔ دانش عامر۔ درخشاں انجم۔ درخشاں مقصود۔ دروانہ بخت غازی۔ دلاور غفور۔ ذکیہ رخسانہ۔ ذیشان کمال۔ ذیشان احسن۔ رئیس القیام بیگم۔ راجہ عبدالملک۔ راجہ علی۔ راحت اخلاق۔ راجہ نسیم۔ راشد محمود خان۔ رانی۔ رحمت بی بی۔ رخسانہ بی بی۔ رخسانہ یاسمین۔ رخشیدہ ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ ناصر۔ رضیہ اقبال۔ رفعت مقصود۔ رفعت عابد۔ رفعت ہما۔ رقیہ فردوس۔ رمشا احمد۔ رمیز یاسر۔ روینہ اسلم۔ روینہ اکرم۔ روینہ ذوالفقار۔ روینہ یاسمین۔ روینہ اسلم۔ روزینہ اشرف۔ رونی شاہ۔ ریاض ضمیر۔ ریحان علی۔ ریحانہ خانم۔ ریحانہ ملک۔ ریحانہ ناز۔ ریحانہ یاسمین۔ ریحانہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہدہ لطیف۔ زاہدہ پرویز۔ زبیدہ ناز۔ زبیدہ علی۔ زرقا خان۔ زرمینہ احمد۔ زین صدیقی۔ زینبہ تبسم۔ زینبہ خالد۔ زولفقار شاہد۔ زینبہ عادل۔ سائرہ بی بی۔ ساجد اقبال۔ ساجدہ وسیم۔ ساجدہ امین۔ ساجدہ بیگم۔ سارہ عادل۔ سجاد شاہد۔ سحر انور۔ سرشار جہاں۔ سروش کاشف۔ سعد قریشی۔ سعدیہ افتخار۔ سعدیہ مایاں۔ سعدیہ ناز۔ سعید احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطانہ ولی۔ سلطان علی۔ سلمان خان۔ سلمان سعد۔ سلمان علی۔ سلمی بیگم۔ سلیم آفاق۔ سلیمان اعظم۔ سمیر انصاری۔ سمیرا کنول۔ سنبل فاطمہ۔ سنبل ریاض۔ سنیلا اطہر۔ سید احمد علی۔ سید

کراچی:- آئشہ احمد۔ آمنہ بیگم۔ آمنہ شاکر۔ آمنہ احمد۔ آمنہ طاہرہ۔ آمنہ خان۔ آئشہ حسن۔ آصف علی۔ آصف محمود۔ احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر حسین۔ ارسلان ضمیر۔ ارسلان خان۔ ارم خالد۔ ارم علی۔ اسماء ارم۔ اسماء شفیق۔ اسماعیل فاروقی۔ اشتیاق شاہد۔ اشتیاق احمد گوندل۔ اشتیاق احمد۔ آصف صدیقی۔ اعجاز اعوان۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب شاہد۔ افسری بیگم۔ اقصین الطاف۔ افضل خان۔ اکبر علی۔ اکرم دلاور۔ امتیاز احمد۔ امتیاز علی۔ امتیاز حسن۔ امیر الدین۔ انجم صدیقی۔ انجم شاکر۔ انعم نور۔ انور جہاں۔ انیتہ بانو۔ انیسار فیض۔ انیلہ حسن۔ انیلہ ریاض۔ امین خان۔ ایوب شیخ۔ بخٹوار بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری امجد۔ بشری فیاض۔ بلال حامد بٹ۔ بلال قریشی۔ بلقیس بی بی۔ بلقیس اشتیاق۔ بی بی خدیجہ۔ پرویز انور۔ پروین اختر۔ تابش بشیر۔ تاج الدین۔ تحسین سمیع۔ تحسین فاطمہ۔ حزیلہ صبا۔ خورشید اختر۔ حمیدہ انور۔ حمیدہ مقصود۔ تیمور خان۔ ثاقب سہروردی۔ ثروت سلطانہ۔ ثروت شہزاد۔ ثریا ارشد۔ ثریا بی بی۔ ثمنہ منظور۔ ثمنہ شمیر۔ ثویبہ پرویز۔ جاوید امجد۔ جاوید جلیل۔ جمشید اقبال۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ بانو۔ جمیلہ اختر۔ جویریہ سحر۔ جیا محمود۔ حاتی مراد۔ حاجی یحیوی۔ حافظ اشتیاق گوندل۔ حافظ جمال۔ حبیب احمد۔ حسن فاروق۔ حسین محمد۔ حصہ احمد۔ حفیظہ بی بی۔ حمیرا جمیں۔ حمیرا رئیس۔ حمیرا شاہ نواز۔ حنا

لادن علی۔ سید امجد حسین۔ سید توصیف حیدر۔ سید حسن جاوید۔ سید خرم عالم۔ سید راشد علی۔ سید شاہد احمد۔ سید شہاب احمد۔ سید عارف علی۔ سید عرفان جعفری۔ سید عرفان علی۔ سید عظمت علی۔ سید علی سجاد۔ سید فارغ علی۔ سید فواد احمد۔ سید مرشد حسن۔ سید نعمان علی۔ سیدہ قرہ النساء۔ سیدہ یاسمین۔ شائستہ ارم۔ شاذیہ تیور۔ شاذیہ سعید۔ شاذیہ عادل۔ شاذیہ ناصر۔ شاذیہ مقبول۔ شاذیہ نور۔ شان عباس۔ شاہد انور۔ شاہد بشیر۔ شاہد یحکم۔ شاہد پروین۔ شاہد عاشق۔ شاہد محمود۔ شاہد نسرین۔ شاہد۔ شاہد کنول۔ شاہد ناز۔ شاہد سلیم۔ شبنم مجید۔ شرف الدین۔ شعیب خان۔ شعیب ماجد۔ شکیل خان۔ شکیلہ پروین۔ شکیلہ طاہر۔ شمس الدین۔ شمس النساء۔ شمشاد۔ شمشیر انور۔ شمیم احمد۔ صدیقی۔ شمیم سعیدہ۔ شوکت حسین۔ شیر یار۔ شیراز عبد الرحمن۔ شیراز علی۔ شہناز فنی۔ شیخ کامران عزیز۔ شیر علی خان۔ شیرین۔ صائمہ ایوب۔ صائمہ راشد۔ صائمہ زین۔ صائمہ صدق۔ صائمہ ناظم۔ صائمہ نورین۔ صابرہ بیگم۔ صبا پرویز۔ صبا حیدر۔ صدق حسن۔ صدق زبیر۔ صلاح الدین۔ صنوبر اقبال۔ صوفیہ بانو۔ طارق سعید۔ طارق مجید۔ طارق سلیم۔ طارق محمود۔ طارق وسیم۔ طاہرہ احمد۔ طاہرہ انشیں۔ طاہرہ بیگم۔ طلعت ریاض۔ طلعت حبیب۔ طیبہ طاہر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر الحسن شاہ۔ عائشہ عابد۔ عائشہ ناصر۔ عائشہ واجد۔ عابد عباس۔ عارف علی۔ عارف بیگم۔ عارف تبسم۔ عارف سلطان۔ عاشق علی۔ عاصم رضا۔ عاصم قریشی۔ عاطف سلمان۔ عالیہ شاہد۔ عامر احسن۔ عامر خان۔ عامر مرزا۔ عبد الرحمن۔ عبد الرزاق۔ عبد العظیم۔ عبد الغفار۔ عبد الواحد۔ عبد الولی۔ عتیق الرحمن۔ عثمان طیب۔ عدیلہ ندیم۔ عرفان جعفری۔ عرفان منیر۔ عروہ راشد۔ عشرت شاہد۔ مصمت معراج۔ عطیہ حامد۔ عطیہ پروین۔ عطیہ توصیف۔ عطیہ عزیز۔ عطیہ عمران۔ عطیہ کامران۔ علی احمد۔ علی اعظم۔ علیم الدین۔ عم کلثوم۔ عمران خان۔ عمران عباس۔ عنایت بیگم۔ عنبرین صدیقی۔ عینی زاهد۔ غزالہ پروین۔ غزالہ فاروق۔ غنصفر علی۔ غلام اکبر۔ غلام دھگیر۔ غلام سول۔ غلام صدور۔ غلام علی۔ فیور حسین۔ فائزہ نذیر۔ فائزہ یوسف۔ فائزہ احمد۔ فائزہ علی۔ فاطمہ بیگم۔ فاطمہ عادل۔ فراز حسین۔ فرح راشد۔ فرح سلطانہ۔ فرح عالم۔ فرح فاطمہ۔ فرح ناز۔ فرحان علی۔ فرحان فرحان۔ فرحت حسین۔ فرحت ناز۔ فرحت جبین۔ فرخ جبین۔ فرخ جمال۔ فردوس شاہد۔ فرزانہ انعام۔ فرزانہ فریحہ جمیل۔ فرید حسین۔ فریدہ بانو۔ فریدہ جمال۔ فضل معبود۔ فقیر حسین۔ فواد عالم۔ فوزیہ شبنم۔ فہیدہ جلیل۔ فہیم بلوچ۔ فہیم نعیم۔ فیصل شیخ۔ فیصل عامر۔ فیضان علی خان۔ قاسم محمود۔ قاضی شیر محمد۔ قرۃ العین۔ قیصر سلطانہ۔ کاشف۔ کامران اعجاز۔ کرن جاوید۔ کریم جمال۔ کلثوم انور۔ کلثوم بانو۔

کنول ریاض۔ کوثر اقبال۔ لائبہ عادل۔ لبنی اشفاق۔ لبنی نور۔ مہد عزیزی۔ ماجد محمود۔ ماجدہ ناز۔ ماریہ محمود۔ مہ نور علی۔ مجید حسین۔ مجیب احمد۔ محبوب عالم۔ محسن سکندر۔ محمد ابرار۔ محمد احسن۔ محمد احمد۔ محمد اسلم۔ محمد اسکیل۔ محمد آصف۔ محمد الطہر۔ محمد اقبال۔ محمد افضل خان۔ محمد افضل شاہد۔ محمد افضل علی۔ محمد اکرم۔ محمد امین۔ محمد انس۔ محمد انور الدین۔ محمد اویس۔ محمد بدیع۔ محمد بدیع۔ محمد جلیل۔ محمد حسن شاہد۔ محمد حسن عظیم۔ محمد حسین علی۔ محمد سید۔ محمد خالد خان۔ محمد رضوان۔ محمد رفیق۔ محمد زبیر خان۔ محمد سید سلیمان۔ محمد عمران۔ محمد سرور شاگر۔ محمد سلطان۔ محمد سلیم خان۔ محمد سلیمان۔ محمد شاہد۔ محمد شفیق۔ محمد ظفر۔ محمد عارف۔ محمد عامر۔ محمد عثمان۔ محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد فہیم۔ محمد ناز۔ محمد نبیل۔ محمد مصطفیٰ۔ محمد ندیم خان۔ محمد نعیم۔ محمد نوید احمد۔ محمد ہاشمی۔ محمد یاسر۔ محمد یوسف۔ محمد یونس۔ محمد اعظم۔ محمد حنیف۔ محمد عبد الغفور۔ محمود عالم۔ محمود یاسر۔ مدثر عالم۔ مراد خان۔ مرزا زہد یار۔ مرزا عزیز حفیظ۔ مریم جمیل۔ مسز اورین۔ مسز کاظمی۔ مسعود احمد۔ مسعود کمال۔ مشتاق احمد۔ مصدق خان۔ مصطفیٰ مظہر۔ مصطفیٰ علی۔ مطلوب حسین۔ معزم حیدر۔ مقبول عالم۔ مقصود احمد۔ مقصود عالم۔ منیر احمد۔ منیر خان۔ منیر سعید۔ ممتاز اعظم۔ منصور۔ منظور عالم۔ منور یار۔ منور سلطانہ۔ منیبہ ہاشمی۔ منیرہ سلیم۔ موسیٰ خان۔ میر النساء۔ میرین احمد۔ میر جبین۔ میر ظہیر الدین۔ میوٹ طاہر۔ نازش افروز۔ نازش جمال۔ ناصر عزیز۔ نایب اکرم۔ نجی طاہر۔ نبیل خان۔ نبیلہ تبسم۔ نجمہ عرفان۔ ندا ظہور۔ ندیم راشد۔ نہت آزاد۔ نسرین اختر۔ نسرین خاور۔ نسرین جاوید۔ نسرین حیدر۔ ناصر فہد۔ نسیم احمد۔ نسیم اختر۔ نسیم صنوبر۔ نسیم مسعود۔ نصرت ارشد۔ نصیر الدین۔ نعمان خان۔ نعیم بلوچ۔ نعیمہ عظیم۔ نعیمہ وحید۔ نذر ریاض۔ نفیس احمد۔ نعمت سیما۔ نہیدہ آفریدی۔ نمرہ کنول۔ نمرہ نواز۔ نواز شاہد۔ نور الحق۔ نور جہاں۔ نوشین۔ نوید احمد۔ نوید سعید۔ نوید فیض۔ نوید فیصل۔ جمال احمد۔ صدیقی۔ واجد غنی۔ واصف حسین۔ وحج الدین۔ وحیدہ خان۔ وحیدہ انور۔ ڈاکٹر فہیدہ۔ ہانیس۔ ہمایوں خورشید۔ ہمایوں عظیم۔ یاسمین۔ یاسمین۔ یوسف۔

حیدر آباد۔

احمد علی۔ اختر محمد۔ ارجمند۔ ارسلان۔ ارشاد۔ ارشد علی۔ ارم۔ احمد۔ امنا۔ اصرار حسین۔ آصف قریشی۔ آصف۔ اعظم۔ افتخار احمد۔ احسن۔ اقبال علی۔ اقبال۔ اقرا۔ اکبر بھائی۔ امبرین۔ احمد محبوب۔ امیر بیگم۔ امیر۔ آمینہ۔ انجم سعید۔ انیل۔ بدر علی۔ بشری شاہد۔ بشری سعید۔ بشری ریاض۔ بیات الدین۔ تاجندہ۔ جمل حسین۔ تصور جمیل۔ تحویر۔ توصیف۔ ثاقب۔ ثروت۔ ثریا بانو۔ ثمنینہ نور۔ ثمنینہ شاہد۔

ہش۔ شاد فیصل۔ شاد گل۔ شاد نور۔ شاد۔ جان محمد۔ جاوید۔ جعفر۔ جید۔ جہانزیب۔ جبارت۔ حافظ نسیم۔ حافظہ۔ حبیب عالم۔ حسین انش۔ حسین۔ حسین۔ حیات۔ حفا عارف۔ حفا۔ حمید۔ حمیرا۔ حیدر علی احمد۔ حیدر۔ خادم علی۔ خالدہ۔ خرم شہزاد۔ خرم۔ خلیل۔ قاجار راجہ۔ دانش۔ درخشاں۔ دلاور حسین۔ دلشاد۔ راجہ۔ راحت پلہ۔ راجہ۔ راشدہ۔ رحمان۔ رحمت۔ رحیم۔ رخسانہ احمد۔ رسول بل۔ رضا علی۔ رضوانہ طاہر۔ رضیہ مجید۔ رفیق شکور۔ رویت غوری۔ روبینہ اشرف۔ ریاست علی۔ ریاست خان۔ ریحان علی۔ زاہد محمود۔ زینتہ عاشر۔ زویہ جبین۔ زہرہ حیدر۔ ساجدہ شفیق۔ سجاد احمد۔ سدرہ بانمی۔ سدرہ شاہد۔ سعدیہ منصور۔ سلمان رفیع۔ سلمان فاطمہ۔ سلمیٰ ودین۔ سحیح اللہ۔ سحیح غفور۔ سونیا علی۔ سید امجد علی شاہ۔ سید کاشف۔ سید محمد منور۔ سیدہ حیرین بانو۔ سیماکبر۔ سیمہ شائستہ رضا۔ شاہد زبیر۔ شاہد جمال۔ شاہد نسرین۔ شاہدہ بانو۔ شرمین کنول۔ شگفتہ عابد۔ شائلہ فاروق۔ شمس الدین۔ شمع حیدر۔ شمیم جہاں۔ شہزاد خالد۔ شہناز خالد۔ شاعرہ مجید۔ صادق وحید۔ صبا علی۔ صدف نفیس۔ صفیر حسن۔ صفیہ اختر۔ صفیہ بیگم۔ صنوبر شفیق۔ ضمیرہ بیگم۔ ضیاء خالد۔ طارق جمیل۔ طاہر محمود۔ طاہر احمد۔ طاہرہ طفیل۔ طارق جمیل۔ ناصرہ بی بی۔ عامر اسد۔ عامر سمیع۔ عامر منیاہ۔ ناصر اسد۔ عبد الغفور۔ عبد اللہ۔ عبد العظیم غوری۔ عبد الغفور۔ عبد الحق۔ عبد الکریم۔ عبد الوہید۔ عبیرین۔ علی اکبر۔ علی حماد۔ علی رضوان۔ علی نواز۔ علیشاہد زاہد۔ عمران خان۔ غلام علی۔ غلام فاطمہ۔ فاطمہ علی۔ فرحان احمد۔ فرحان طاہر۔ فرحندہ حامد۔ فرزانہ حبیبہ۔ فرقان علی۔ فرقان حنیف۔ فضیلہ شہباز۔ فلک محمد۔ فہیم اختر۔ کلیم اللہ۔ کنزہ محمود۔ کنول مجید۔ کنول علی۔ کوثر پروین۔ کوثر ضمیر۔ کوثر شاہد۔ کوثر شہناز۔ گل رش۔ گلزار مجید۔ لائبہ قرہ۔ لاریب فیاض۔ لبنی رضا۔ ماریہ انجم۔ ماریہ کاشف۔ ماریہ فاضل۔ متین احمد۔ متین علی۔ محمد احسن۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد اعظم۔ محمد امان اللہ۔ محمد امجد۔ محمد انور۔ محمد جاوید۔ محمد جمیل۔ محمد جید۔ محمد جو اور۔ محمد حیات۔ محمد دانش۔ محمد زبیر۔ محمد شاہد۔ محمد ثیب۔ محمد طارق۔ محمد علی۔ محمد علیم۔ محمد عامر۔ محمد عمران۔ محمد فیصل۔ محمد گل۔ محمود حسین۔ مشتاق احمد۔ مصطفیٰ حیدر۔ مطلوب الحق۔ مقصود مسن۔ منصور رضیہ۔ منصور مرزا۔ منور سلطانہ۔ منیر خالد۔ مہوش خان۔ آفریدی۔ ناصر نعمان۔ نایبہ اختر۔ نجم اکبر۔ نہت حسین۔ نسرین عدل۔ نسیم احمد۔ نسیم احمد۔ نسیمہ بیگم۔ نور العین۔ نور النساء۔ نور جمال۔ نور محمد۔ نور نظیر۔ نورین اختر۔ نورین۔ نوشاہی قوم۔ نوشین اعمر۔ نوید اقبال۔ نیاز احمد۔ واقع علی۔ واصف علی۔ وحید علی۔ ہاجرہ بی بی۔ ہارون اشرف۔ ہانیس۔ ہمزہ طاہر۔ یاسر عرفان۔ یاسمین کوثر۔ یاقوت شاہزیب۔ یحیٰ۔ یحیٰ۔ یحیٰ۔

لاہور:- ابو بکر۔ احمد اقبال۔ احمد حسن۔ اسلم شاہد۔ ارشد احمد علی۔ ارم۔ اسد۔ اسما جاوید۔ اسلم اشقیاق۔ اشرف۔ اصغر۔ آصف۔ آصف۔ اعجاز احمد۔ اقبال۔ اکرام اللہ۔ آمنہ بی بی۔ آمنہ۔ انجم رضا۔ انیلہ بٹ۔ باقی اقبال۔ بشری۔ بلال صابر۔ پاکیزہ۔ پروین۔ تحویر۔ ثمن۔ ثمنینہ۔ ثناء۔ ثوبیہ۔ جاوید۔ جاوید۔ جہانگیر۔ حنا عمر۔ حیدر علی۔ خالدہ۔ خلیل احمد۔ واو۔ دعا فاطمہ۔ دل نواز۔ دیشان۔ راجہ احمد۔ رضوان۔ رفعت۔ رقیہ۔ رمل اشرف۔ رویت۔ زاہد حسین۔ زاہد محمود۔ زاہد۔ زاہدہ بیگم۔ زاہدہ۔ زینت۔ سائرہ بانو۔ سائرہ۔ ساجدہ بیگم۔ سحان جاوید۔ سدرہ۔ سعدیہ۔ سلمان۔ سلمیٰ اشفاق۔ سمر۔ سمیرا۔ سکیل احمد۔ سید واصف علی۔ شائستہ جبین۔ شاذیہ۔ شاہد رحمان۔ شاہد رسول۔ شاہد محبوب۔ شاہدہ۔ شاہدہ۔ شمشیر حسین۔ شکیل۔ شگفتہ۔ شائلہ۔ صائمہ۔ صحر۔ ضمیر الحق۔ طاہرہ۔ طارق لطیف۔ طفیل۔ ظفر احمد۔ ظہور۔ عائشہ۔ عابدہ بیگم۔ عاشر۔ عاشق حسین۔ عاصم۔ عامر محمود۔ عباس۔ عثمان۔ عرفہ۔ عرفان عظیمی۔ عرفان۔ عرفان۔ عرفان۔ غلام۔ غلام۔ علی۔ عمر۔ عمران افضل۔ عمران۔ غزالہ۔ غلام عباس۔ غلام محمد۔ فائزہ۔ فاروق احمد۔ فاطمہ۔ فریدہ جاوید۔ فہد۔ قدوسیہ۔ قرۃ العین۔ کائنات۔ کامران۔ کامران۔ کنزل۔ مائدہ۔ مبارک علی۔ مہشورہ۔ محمد احمد۔ محمد ارشاد خان۔ محمد اسلم۔ محمد اصغر۔ محمد یار۔ محمد راشد۔ محمد زبیر۔ محمد شہزاد۔ محمد عرفان۔ محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد مجاہد۔ محمد نواز۔ محمد نور۔ محمد قاسم۔ مدثر بٹ۔ مدثر حسین۔ مریم۔ مظہر اقبال۔ ملک عاصم سعید۔ ملک وحید۔ منظور احمد۔ منیر احمد۔ میرین ناصر۔ مہک۔ مہناز۔ مہوش۔ میاں مشتاق احمد۔ نجمہ۔ نسرین۔ نصرت۔ نعمان۔ نعیم احمد۔ نعیم علی۔ نعیم۔ نورین۔ نوید احمد۔ نوید حسین۔ نیکم۔ نسیم اسلم۔ وقاص۔ یحییٰ۔ یوسف۔

گجرات:-

آغا شاہد۔ ارشاد بی بی۔ امتیاز۔ بابر صدیق۔ بلقیس اختر۔ تحویر المصطفیٰ۔ تحویر حسین۔ جاوید اقبال۔ جاوید اقبال۔ جاوید جمال بی بی۔ حافظہ محمد اصغر۔ حسین بی بی۔ حکیم محمد ارشد۔ خورشید بی بی۔ واو۔ احمد۔ راجہ بی بی۔ راشد محمود۔ رضوان صاحب۔ رضیہ بیگم۔ رفعت زاہد۔ زرینہ اختر۔ سائرہ۔ ساجدہ۔ سارہ۔ سردار بی بی۔ سعید اختر۔ سعیدہ بانو۔ سکینہ بی بی۔ سلیم احمد۔ شاہ بیگم۔ شاہد صدیق۔ شریف بی بی۔ شائلہ جبین۔ شمیم ہارون۔ شہناز کوثر۔ شہناز۔ شہزاد حسین۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ۔ طاہرہ اصغر۔ طیبہ عنصر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر اقبال۔ عالیہ بانو۔ عارفہ جبین۔ عامر شاہد۔ عبداللہ۔ مہربین۔ غلام فاطمہ۔ فیاض حسین۔ قمر سلطانہ۔ کاشف مجاہد۔ مہشور حسین۔ محمد اشرف۔ محمد شفیق۔ محمد عامر۔ محمد کاشف۔ محمد نواز۔ محمد یوسف۔ محمد یونس بٹ۔ مدیحہ شاہدہ فاروق۔ مرزا بشیر احمد۔ مسز پروین۔ مقبول احمد۔ مقصودہ۔ ملک محمد انوار۔ منظوری بی بی۔ نایاب۔ نجمہ النساء۔ ندیم

اختر نذر بی بی - نصیب بی بی - تکیه بی بی - نوید اختر - ذاکر سلیم - ذاکر
 غلام ربانی - ذاکر سرریز - ہارون بلبل - یاسر اقبال -
پشاور :- آسیہ قریشی - آسیہ ندیم - آصف صدیق - آفتاب
 احمد قریشی - آمنہ اشرف - آمنہ نصیر - آمنہ کبیر - ابدال خان - ادیبہ
 فردوس - ارشد بیگم - اصغر علی - افتخار احمد قریشی - امیر الشاہ - انور بی
 بی - اویس بابر - بشیر احمد - بشیر فخر - تنزیلہ عزیز - تنویر احمد - ثمنہ
 پروین - ثناء اصغر - ثناء ستار - جمیلہ بی بی - چوہدری بابر حسین - حامد
 حسن - قاسم - حسنین بی بی - خالدہ بی بی - دلشاد احمد - ذوالفقار علی -
 رانیل جاوید - راشدہ - رباب سلیم - ربیعہ منور - رشیدہ بی بی - رضیہ بی
 بی - ربیعہ خان - زبیر - زین ندیم - زینت فردوس - ساجدہ بی
 بی - ساجدہ خاتون - ساجدہ محمود - ساجدہ سجاد حسین - سہرہ
 سہیل - سعیدہ سلیم - سعیدہ کوثر - سعید اختر - سعید انور - سعیدہ بیگم -
 سہلی شوکت - سمیرا حمید - سمیرا عابد - سمیرا شہزادہ - شاہد صدیق - شاہدہ
 بی بی - شہناز بی بی - شعیب ثاقب - شفاقت حسین - شفیق شفیق - شفاقت اللہ -
 شوکت جاوید - شہزاد حسین - سائما مریم - طیبہ عتھر - ظفر اقبال
 ہاشمی - ظہور احمد چشتی - عائشہ اشرف - عابدہ بی بی - ناصرہ شفیق - عاقب
 ستار - عباس - عبدالحسین خان - عبدالحفیظ - عبدالستار خان - عبدالحجید
 عرویا غفر - علی احمد - علی رضا - عمیر سلطان - عمیر نصیر - غلام عباس -
 فائزہ نذر احمد - الفت بی بی - قیسر امین - قیسر ندیم - کلثوم نذر - کلیم
 اللہ - کبیر فاطمہ - کوثر یافو - کوثر بشیر - لطیف اسماعیل - مبارک علی -
 محمد احمد - محمد ادریس - محمد ارشد - محمد اشرف - محمد اصغر - محمد آصف
 چشتی - محمد اقبال - محمد برہان - محمد بلال - محمد حبیب - محمد خورشید
 محمد رزاق - محمد رشید - محمد رمضان - محمد زمان - محمد سلیم - محمد سلیم
 محمد شاہد - محمد شریف - محمد شفیق - محمد صدیق - محمد طاہر علی - محمد عظیم
 محمد حفصہ - محمد کامران - محمد لطیف - محمد نواز چشتی - مریم جاوید - مصدومہ
 حمیدہ - منظور بی بی - مہوش کلیم - مہوش لیاقت - میاں افضل احمد حبیبی -
 نازحہ ظفر - نجمہ پروین - ندیم اختر - نذرت نذر - نصیر احمد - نعمان
 رزاق - نفیس ستار - نور العین - نوید اختر - ذاکر یاسر - یاسر ندیم -
سیالکوٹ :- آمنت - ابرار خان - اجمل بٹ - اجمل رسول -
 احمد حسین عابد - ارشد بی بی - ارشد بیگم - اسامہ تیمور بن سعید - اسلم
 اسلمہ قر - اقبال بیگم - اقبال - امجد عباس - امینہ بیگم - امینہ - انیسہ عمیر -
 انیلہ جاوید - اویس - بشارت - بلال - بیگم اسلم - تنہم - تنزیلہ - تنویر
 عباس - ثاقب - ثریا بیگم - ثمنہ کوثر - ثمنہ - جہشید ریاض - جمیلہ -
 جواد - چوہدری ریاض - چوہدری غلام نبی - چوہدری فرخ - چوہدری
 فرخ - چوہدری لیاقت - چوہدری محمد اکرم - حافظ نعمان - حسن علی -
 حمید - حنا خانم - حنا جمیل - حنان - خالدہ - رحیم - رخشانہ - رخشدہ
 اعجاز - رضوانہ بی بی - رضیہ بیگم - رقیہ حامد - رمنہ - رویتہ - روزیتہ -

رویتہ روحی - زوریتہ - زینت - ساجدہ - ساجدہ - ستارہ بیگم - ستارہ
 سہرہ - سر فراز - سعیدہ پروین - سعیدہ - سفیدہ - سہلی ظفر - سہلی
 شازیہ - شاہد اقبال - شاہد شاہدہ پروین - شریفہ - شہناز
 پروین - شہناز - شہناز - شہناز بیگم - شہناز بیگم - شہناز بیگم - شہناز
 شہناز - سائما خانم - سائما فیصل - سائما - سہبا سہبا کبیر - طاہر محمود
 طاہرہ محمود - طاہرہ اصغر - طور فاطمہ - طیبہ - سائما - سائما - سائما
 عارف - سائما علی - سائما حیدر - عبد القدوس - عبد اللہ - عبد الرحمن -
 عبد انور - عتیق الرحمن - عرشہ عمیر - عرشہ - سعیدہ نعمان - علی
 حسین - علی - علیہ - خزانہ - غلام شہیر - فائزہ - فاطمہ - فرخ خان - فرخ
 قاسم - فرزانہ - فضل بی بی - فوزیہ - فہیم - فیروزہ بی بی - فیصلہ حیات
 قصہ بانو - قمر الشاہ - کاشف جاوید - کاشف حیات - کامران
 اعجاز - کامران وادہ - کلثوم بی بی - کوثر بہاب - کول - ریاض - کمال شہزادہ
 کول علی - گلشن نصیر - لطیف خان - اللہ دتہ - اللہ رکشا - مبشر علی
 نصرت جمیل - منی الرحمن - مجاہد ظفر - مجید مجاہد - حسن خان - محمد اسلم
 راحت - محمد اکرم - محمد حنیف - محمد رفیق - محمد شہزاد اقبال - محمد فہیم - محمد
 وسیم - محمد حسین حامد - محمد حسین - مدثر فرید - مریم - مریم فریدہ
 مصطفیٰ چوہدری - ملک جبار - ممتاز - منان - مہوش - نادیہ - نادیہ اختر
 نور - نسیم - نسیم - نصرت - نعمان طارق - نصیر - نورین نعمان - نوید
 طاہر - نویدہ طاہر - ولیدہ خالدہ - ذاکر بلبل - ہند شاہدہ -
چنیوٹ :- اجالا ریاض - ایالا قر - احتشام - احمد شہزادہ
 حسن - احمد ممتاز - ارشد - ارشد - اسلم نواب - اشتیاق - اشتیاق لیسر -
 اشتیاق محمود - اشتیاق ممتاز - اصغر علی - اطہر - اعجاز حسین - اقبال
 اقبال اسلم - اکرام - احمد علی - امداد حسین - امیر علی - امیر علی
 انعام - انور یامین - انور - بانا فضل دین - بابا محمد بخش - بابا سلطان - بانو
 بہادر علی - بہاول شہیر - بیگم عابدہ نام - بیگم عابدہ نام - بیگم محمد اسلم - بیگم
 محمد حنیف - پروفیسر الیاس - پروفیسر سلیم اختر - پروفیسر سلیم اختر -
 پروفیسر شہناز - پروفیسر طالب حسین - پروفیسر ثمنہ اختر - پروفیسر محمد
 ایوب - پروفیسر الیاس - پروین بانو - تنویر علی - جاوید شفیق - جعفر
 علی - چاچا محمد حیات - چوہدری شاہد - چوہدری فقیر محمد اعجاز - حامی
 خاور - حامی سلیم احمد - حامی شوکت - حافظہ کھٹیل - حافظہ محمد افضل
 حالب - حسن رضا - حنا شاہ - حیدر رضا - خالدہ پروین - خالدہ سرور - خالدہ
 محمود - خالدہ الطہر - خالدہ الطہر - خدیجہ بی بی - ذوالفقار حیدر - ذوالفقار
 علی - دیکھ - راحت اکبر - راشدہ عبد اللہ - ربیعہ - رشیدہ رشوان - سہمہ
 رضیہ سعیدہ - رویتہ طارق - زابد قاسمی - زابد نور - زابد علی - زابد ہادیہ
 ساجدہ اللہ - ساجدہ علی - سعیدہ - سعیدہ اطہر - سعیدہ اکرم - سلیم اختر - سہ
 صابر علی شاہ - سید عابدہ نام - سید عارف رضا - شاہد منیر - شاہدہ
 رانی - شہیر حیدر - شہیر خاور علی - شکیلہ - شوکت نیاز - شوکت تیمور - شہزادہ

نواز - صفدر علی - صفدر علی - صفیہ بیگم - صفیہ جاوید - طارق سرور -
 طارق محمود - طارق ولایت - یکم - طاہرہ - عابدہ نام - عابدہ علی - عارف -
 عاشق علی - عبد الحفیظ - عبد الرؤف - عبد السلام - عامر خان - عید علی -
 عید حسن - عدیل عارف - عہد احمد گجرار - عرفان چیمہ - عزیز علی
 رضا - علی رضا - عمر - غوث اختر - فرحت جہاں - فرحت بی بی - فریدہ
 جلال - فریدہ اوصاف - فقیر محمد اعجاز - فوزیہ زابد - فہیم حسن
 فیصل - قاضی توقیر - قاضی ظفر - قاضی ظفر - قاضی عادل عباس -
 قاضی سعید عباس - قاضی شرف - قاضی نادر - قاضی نادر - کاشف
 فہیم - کاشف کلیم - کرن جمیل - کرن نذر حسین - لالہ رشہ - محمد
 برائیم - محمد ارشد - محمد ارشد - محمد اسحاق - محمد اسلم شاہد - محمد اسلم
 بیگ - محمد افضل - محمد اقبال - محمد اقبال - محمد انور کمال - محمد انور - محمد
 بخش - محمد حسین - محمد رضا فریدی - محمد رضوان - محمد زابد - محمد سعید
 اعظم - محمد شاہد کبیر - محمد شہزاد - محمد صادق - محمد طاہر - محمد طاہر
 رضوان - محمد طاہر جاوید - محمد عارف - محمد عامر - محمد عظیم - محمد علی
 رضا - محمد علی - محمد عمیر - محمد عمیر فیاض - محمد فیاض شاہ - محمد فیصل - محمد
 گجرار - محمد ندیم - محمد فہیم - محمد یعقوب - مشتاق خان - معاذ صدیقی -
 ملک عابد شاہ - ملک عابد - ملک کاشف - ملک کاشف - ملک محمد حنیف -
 منشی نور - منشی یونس - منشی یاور - منیر احمد - مہر سکندر - مہر محمد حسین -
 میاں احمد بخش - میاں الطہر - میاں ساجد حسام - میاں محمد نواز - نازش
 نبیل - نازش علی - ناصر علی - ناصر جمال - نجمہ حید - ندیم قادری -
 نذرت حسین - نذرت ریاض - نسرین جمیل - نسرین حیدر - نسرہ خان -
 نرگس - نوازش علی - نوری احمد - وہاب ریاض - وہاب جمیل - ذاکر
 غلام علی - ذاکر محمد ارشد - یاسین - یونس -
اتک :- آصف - آفتاب احمد - آفتاب جمال - آفتاب حسین -
 آفتاب - احسان الدین - احمر شاہ - ارشد عمران - ارم خوشنود - اریہ
 نوید - انشال - انجم بلال - انور مقصود - اویس مریم - امین شاہد - بشیر
 احمد - بیگم عبدالرزاق - پروین اختر - تنویر احمد - تنویر نذیر - جویریہ
 نائین - حاجی خوشنود احمد - حاجی عبد الرزاق - حاجی
 بداحزیز احمد نواز - حمید احمد - حمیرا یاسمین - دیکھ خوشنود - داج
 بیگم - رویتہ نصیر - زابدہ یاسمین - زابدہ وسیم - سجاد - سعید احمد - سعید
 خان - سعیدہ بی بی - سہیل خوشنود - شازیہ - شاہد محمود - شاہدہ یاسمین -
 شہناز وسیم - شکیل احمد - شعیب بی بی - شہناز - شیراز اجمل - سائما شیراز -
 صادق - صغرا بی بی - طارق سعید - طارق محمود - طیبہ - عابد علی شاہد
 عابدہ صادق - عہاد الدین - عباس علی قاروقی - عبد الرشید - عبد الوحید
 غازی بی بی - نذر مقصود - عظمت سلطان - عظیم صدیقی - عزیز بن اسلم -
 فیصل سلطان - فیصل خوشنود - کاشف عظیم - گلزار عظیم - اللہ بخش
 انان - مبارک علی - مبشر عالم - محمد احمد سلمان - محمد اسحاق - محمد اسلم

ملک - محمد آصف صادق - محمد اعظم - محمد انور جاوید - محمد حسین - محمد
 سلیم - محمد سلیم حیدر - محمد صادق - محمد فرحان شاہد - محمد قیوم - محمد
 مسکین - محمد نعمان صادق - محمد عثمان صادق - محمود عالم - محمود مدثر
 عالم - مدیحہ وقار - مریم مشتاق - مریم عمیر - مصباح وقاص - ملک
 نگاہ دین - نادر اعجاز - نادیہ انور - نازیہ بی بی - ناصر اویس - ندیم
 اویس - نسیم فردوس - نصیر الدین - نفیس احمد - نگہت عباس - نور البشیرہ
 نوید اسلم - نویدہ خوشنود - وادہ قاریہ - وسیم صدیق - ہاجرہ شیرازہ -
جہلم :- اسامہ گجرار - اسامہ احمد - اقبال بیگم - حبیب احمد -
 حماد - ستاخاتون - راشدہ محمود - ربیعہ طارق - رخشدہ تنویر - زبدہ کوثر
 سجاد حسین - سلمان احمد - سلیمہ بی بی - سید قمر الشاہ - سید منظور حسین -
 شاہ شفیق بیگم - سائما نیر - طاہر - ظہیر حسین - عابدہ شائین - عالیہ
 کوثر - نعمان احمد - عدیل احمد - عدیل احمد - عظمت علی شاہ - فرحت
 یاسمین - فریدہ خانم - فریدہ کوثر - فہیمہ بیگم - قادی ارشد حسین ڈار -
 کلثوم بی بی - محفوظ بیگم - محمد اصغر - محمد امین - محمد سعید - محمد عظیم - محمد
 قر - محمد مسعود - محمد یاسر محمود - محمد آصف - محمد یعقوب - مدیحہ طارق -
 منی مقصودہ - مقبول بیگم - منیر حسین - نائلہ حنیف - نادیہ اختر - نعمان
 احمد - نقوی - نوید احمد - ولایت بیگم - ذاکر تنویر حسین -
شیخوپورہ :- امتیاز ربانی - بشری سلطان - بلال سعیدہ - پروین
 اختر - تنویر - جمیلہ اختر - جنت بی بی - جمیلہ - حسن بی بی - خاور - دیلہ
 رخشانہ - رضیہ پروین - رضیہ ظفر - رفعت رشید - رمضان - زبیدہ
 فوزیہ - سحر انجم - سمیرا امیر - سمیرا انوار - شازیہ - شکیلہ صدیق - شہناز
 اختر - سائما ذری - عابدہ شفیق - عارفہ محمود - عظمیٰ شہزادی - فرحانہ
 تول - فرحانہ یاسمین - کاشف حزل - کوثر الشاہ - لبنی اشرف - محمد
 احتشام - محمد اسحاق - محمد شفیق - محمد وقار احمد - مسرت فزا - مسرت
 ہاشمی - نادیہ اشرف - نازیہ جاوید - ناصرہ تبسم - نوید سعیدہ -
شاہ کوٹ :- امت الرشیدہ - انوری یعقوب - پروین اختر -
 پروین - نسیم اختر - ثناء جمیلہ اختر - جنت بی بی - چندہ گلشن -
 زبیدہ سحر انجم - سفیدہ بی بی - سمیرا انوار - شازیہ اشرف - شازیہ انجم -
 شکیلہ نورین - شہناز اختر - عابدہ شفیق - عارفہ محمود - عظمیٰ اشرف -
 عظمیٰ شہزادی - کوثر الشاہ - لبنی اشرف - مسرت انوار - نادیہ پروین -
 یاسر حسین - یاسمین خان -
کوٹ ادو :- اشرف علی - اقصدی اشرف - اکبر علی - لمان اللہ -
 امتیاز علی - بابر حسین - بشری بابر - شہناز - جاوید اقبال - چوہدری اصغر
 علی - حجاب فاطمہ - راشدہ تاج محمود - رفعت بی بی - رویتہ شائین - سعیدہ
 مہید - سکینہ بی بی - شکیل احمد - شکیلہ بابر - شیم اختر - صابرہ بی بی - ظفر
 اقبال - عاقب ستار - عباس علی - عبد الحفیظ - عبد الحمید پاشا - عبد الحمید
 کرمانی - عبد الرحمن - عبدالستار خان - عبد اللطیف - عبد القاسم - عطا

روحانی مشن کی سیرگیوں پر مبنی دوا لیں

آدم ڈے کی تقریب

لندن، انگلینڈ:

(رپورٹ: مصباح قریشی؛ تصاویر: ہشتم قریشی)

ایسٹ جیم ٹاؤن ہال لندن میں عظیمیہ فاؤنڈیشن اور

راقبہ ہال لندن کے زیر اہتمام آؤم ڈے کی تقریب منعقد ہوئی۔ جس میں مختلف مذاہب، عقائد اور مذاہب فکر کے

دور میان ہم آہنگی، محبت اور بھائی چارہ کے فروغ پر زور دیا گیا۔ اس تقریب میں پادری ریورینڈ شگور، ربی نینسی مورس، سسٹر آر تھی لال، ریورینڈ ہیمارتن، مرزا رشید، حاجی لیاقت جاوید اور مختلف مذاہب کے نمائندوں کے علاوہ میئر و اتھم فورسٹ کوئٹہ ندیم علی، میئر ریڈ برج کانسٹرکشن جاوید، ڈپٹی میئر بریٹ کوئٹہ کانا ناہیرا تھن، میئر کروئڈن کوئٹہ یوٹ ہو پلے شریک ہوئے۔



ملن، انگلیٹنڈ: نگران مراقبہ ہال محمد علی شاہ، معزز مہمانان گرامی کو تسلسل محمد جاوید، رور شیڈ و شگلور، ہیمار تنا، عہدہ الوق، ملن جاوید اور دیگر مقررین آدم ڈے کی تقریب میں اپنے خیالات کا اظہار کر رہے ہیں۔

ریاضی۔ علی الصقر۔ عمر عبدالغفار خان۔ عثمان بن۔ غلام رضا۔
قرآن۔ فیضان۔ کائنات۔ کاشف۔ کاشف مظہر۔ کبریٰ۔ کوثر۔
افضل۔ محمد اویس۔ محمد حماد۔ محمد خرم۔ محمد تیمور۔ محمد طارق۔ محمد علی۔
محمد عمر ارشاد۔ محمد۔ مشتاق۔ معروف۔ مقصود اعظم۔ مبین۔
نہیم احمد۔ نصرت علی۔ نعمان۔ نصیر۔ نور العین۔ نوید۔ رحیم۔ اکمل
نعیم۔ یوسف۔ زید یوسف۔

اوکاڑہ :- اصتری بانو۔ اطہر۔ امیر خان۔ افشار احمد۔ لکن
 اللہ۔ امت الکیم۔ انیس بانو۔ اورنگ زیب۔ برکت۔ بشر الیاء
 بشری۔ بشیرن۔ بتیس قادری۔ پروین اختر۔ پروین بیگم۔ پروین
 سہارہ۔ چرخش۔ تائیدہ اقبال۔ ثروت۔ ثریا۔ ثمرین بیگم۔ ثمرین حسن
 جمال۔ جنت۔ چہال زیب۔ حبیب النساء۔ حنا۔ حنیف۔ خدیجہ خالدہ
 خورشید بیگم۔ ذوالفقار علی۔ رانی۔ رشیدہ۔ رعنا۔ رقیہ۔ رحمان اقبال
 زبیدہ۔ زبیدہ خاتون۔ سائرہ خاتون۔ سعیدہ بیگم۔ سہیل احمد۔ سید زین
 النساء۔ سید مظہر حسین۔ سیدہ رشیدہ بیگم۔ شاداب۔ شبانہ سعید۔ شہناز
 کوثر۔ شریفہ۔ ششش۔ شمس الحق۔ شمیم۔ صابری ادا۔ صدیق بیگم
 صدیق۔ صف اللہ فاروقی۔ صفیہ۔ صنوبر۔ طفیل خان۔ ظہور احمد
 ظہیر۔ عابد خالدہ۔ عابد مقصود۔ عالیہ بیگم۔ عبد الوحید غوری
 عبد الباقی۔ عبد الرحمن۔ عبد اللہ۔ عبد اللہ۔ عزیز بیگ۔ علیہ
 عمر دین۔ عینی۔ فرح۔ فضل دین۔ قاسم۔ لال دین۔ محمد احمد۔ محمد
 عظیم۔ محمد اقبال۔ محمد اکرم۔ محمد سلیم۔ محمد شفیع۔ محمد محسن۔ محمد نواز
 محمود۔ مختار النساء۔ مختار علی۔ مرزا سعید الدین۔ مرزا عاظم بیگم
 مرزا عاظم۔ مرزا آصف۔ مسرور حسین۔ مسٹر اطہر علی۔ مشتاق
 مشتری بیگم۔ مقبول احمد۔ ندیم احمد۔ نسیم۔ نثار سلطانہ۔ نور بی
 بی۔ نور محمد۔ وحید الدین۔ وحید۔ وحیدان۔ وزیر النساء۔ وسیم۔ ولی
 محمد۔ ہاجرہ۔ ہماقاران۔ یاسمین۔ یوسفی۔

دریاخان :- ابو بکر - احتشام - احسان اللہ - احمد کبیر - ادیب
 - اداؤ - اسد رحمن - اسماء منظور - اسماء نسیم - اسماء اشرف بیگم - اشرف
 بیگم - اصغر فی بی - اصغر علی - اعظم حسین - اقراء طارق - اقرائی - اللہ
 کھی - انیس - اویس - آرزو یوسف - آسیہ عاظمہ - آصف رحمان -
 آصف رحمان - آمنہ - بانو - برہان علی - برہان علی - بشری
 یاض - بشری شفیق - بشری - بشری - سرور - پرویز اختر - پرویز
 اختر - پروین اختر - تانیہ - تبسم علی - تغیرہ جمال - تنزیلہ - نور عباس
 - نصیف ناصر - توصیف ناہید - ثاقب اقبال - ثریا بی بی - ثریا شمیمہ
 - محمد شمیمہ کوثر - شمیمہ مقصود - شمیمہ - شانی - جاوید اقبال - جاوید
 - شید ریاض - جمیل احمد - جویریہ لیسن - جویریہ لیسن - چوہدری خالدہ
 - چوہدری امین - حانی شوکت - حاشمہ - حافظہ عثمان - حامد رشید -

محمد - غلام مصطفیٰ - فیصل شہزاد - قیصر امین - محفوظ الرحمن - محمد احمد
غفور - محمد اختر - محمد اشرف - محمد اشرف - محمد اویس بابر - محمد برہان -
محمد جمال بخاری - محمد تنویر - محمد شاہ ندیم - محمد شہروز - محمد صابر - محمد
عابد - محمد حسین - محمودہ اشرف - مدیحہ بابر - مستنصر باللہ ندیم - مظفر
مہدی - میاں عبدالرؤف - ناصرہ پروین - نفیس ستار - فائزہ عارف
صدیقی - یاسین شاہ -

وہاڑی:- حاجی عمر علی۔ حاجی عبدالرشید۔ حاجی ہارون۔ حارث
ظفر۔ حامد۔ ایندہ آپا۔ نور جہاں۔ حسان۔ حبیب۔ حسین احمد۔ حماد۔
حمیرا۔ خرم۔ محضران۔ خطیب۔ خلیل احمد۔ غور شید بیگم۔ دانش علیم۔
وانیال۔ درخشیاں۔ دلشاد۔ ذاکر و قاص۔ راجہ۔ راجیل۔ راشدہ عفت۔
راشد۔ رخسانہ۔ رسیدن۔ رضوان۔ وقیع۔ رمش۔ روحان خان۔ روشن
نظیر۔ ریختہ۔ زریختہ۔ زوبیدہ۔ زہرہ خاتون۔ سدرہ۔ سلمان رفیع۔
سلمان احمد۔ سلٹی بیگم۔ سلٹی پروین۔ سلیمان۔ سلیم۔ سمیرا۔ سمیع
اللہ۔ سونیل۔ سہیلہ انصر۔ سیما۔ شازیہ۔ شازیہ احمد۔ شانتہ۔ شاہد۔
شاہدہ نسرین۔ شاہدہ۔ شاہین۔ شہاب۔ شبنم۔ شرمین کنول۔ شریفاں بی
بی۔ شریفہ۔ شعیب۔ شکیلہ۔ شگفتہ۔ شمس الدین۔ شمع۔ شمیم آرا۔
شمیم جہاں۔ شمیم خالدہ۔ شمیم اختر۔ صبا محمد علی۔ صدقہ۔ صفیہ علی۔
علی قتلہ۔ عاشق۔ عامر حسین۔ عامر سمیع۔ عائشہ۔ عبدالجبار۔
عبدالحمید۔ عبدالخالق۔ عبدالغنی۔ عبداللہ۔ عدنان۔ عدیل۔ عرفان۔
علیم۔ عمران۔ غزالہ۔ غلام محمد۔ غلام مصطفیٰ۔ فرار۔ فرحین۔ فرخندہ
۔ فریدہ قر۔ فوزیہ۔ فیضان۔ کامران۔ کائنات۔ کنول۔ کوثر پروین۔
کوثر۔ کیکشاں۔ گل فشاں۔ گلشن آپا۔ لاریب اقبال۔ لائیدہ۔ لیلیٰ۔
محسن۔ محمد اعجاز۔ محمد اقبال۔ محمد جاوید۔ محمد زبیر۔ محمد سلیم۔ محمد شہاب۔
محمد شہزاد۔ محمد عتیق۔ محمد علی۔ محمد قاسم۔ محمد لطیف۔ محمد ناصر۔ محمود
حسن۔ مدیحہ۔ مرحوم حاجی اللہ دین۔ مرحوم حاجی دین محمد۔ مرحوم
شفیع احمد۔ مرحوم عبدالستار۔ مرحوم محمد حقیقہ۔ مرحوم محمد
قاسم۔ مرحومہ آمنہ۔ مرحومہ بسملہ اللہ۔ مرحومہ زینون۔ مرحومہ
غفور بی بی۔ مزل۔ مسرت۔ منگور انساہ۔ منور حسین۔ مونہ۔
مہدی۔ مہوش۔ نازش۔ نائیلہ نواز۔ نائیدہ۔ نبیلہ ظفر۔ نثار۔ ندیمہ۔
نسرین باغی۔ نسرین بی بی علی۔ نسرین۔ نسیم جہاں۔ نسیمہ۔

سانگھڑ: - احسان خان - امیر علی بھٹی - امجد - بشیر - بلال -
 پرویز اقبال - پروین - جاوید احمد - جہاں زیب خان - عارف خان -
 خالد - ظہیر احمد زریں - ذروانی - ذیشان - رانی - ریحانہ شاہین - زہیر
 احمد - ساجد خان - ساجد صدیق - سر فراز - سلمان - شازیہ سلمان -
 شاہد نور - شاہین اختر - شاہانہ بقیس - شاہانہ یاسمین - شبیر - شجاعت علی -
 صابر - صہب - صدیق ساجد احمد - طوبی انعم - عادل بیگ - عادل بیگ -
 عارف بیگ - عبدالغفار - شعیق الرحمن - عرفان الزماں - عروس

پروگرام کے دوران سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کے خصوصی خطاب کی ویڈیو دکھائی گئی۔ عظیمی صاحب نے فرمایا:



لندن، انگلینڈ: آدم ڈے کے شرکاء حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کا پیغام سن رہے ہیں۔

”جتنے بھی پیغمبران کرام اس دنیا میں تشریف لائے انھوں نے اللہ کی وحدانیت کا پرچار کیا اور ایسے اصول بتائے جن پر عمل کر کے ہم نہ صرف انفرادی بلکہ اجتماعی طور پر ایک خوشگوار زندگی گزار سکیں۔ اللہ کے پیغمبروں کی تعلیمات پر عمل کیا جائے تو یقیناً یہ دنیا امن کا گہوارہ بن جائے گی۔ آدم ڈے منانے کا مقصد بھی یہی ہے کہ تمام نوع انسانی مل کر ایسے پلیٹ فارم پر جمع ہو جائیں جس میں مرد و عورت کا تعلق اللہ سے قائم ہو جائے، جھگڑے، نفرتیں، تعصب، قتل و غارتگری، خون ریزی کو چھوڑ کر ایسے راستے پر چلیں جس کی تعلیمات اللہ کے پیغمبروں نے دی ہیں۔“ مرشد کریم کی تقریر کو تمام مہمانوں نے بڑے اظہار سے سنا۔ مختلف مذاہب کے رہنماؤں اور نمائندوں نے اپنے پیغام میں کہا کہ آدم ڈے اتحاد کی ایک مثال ہے، ہمیں ایک دوسرے کی عزت کرنی چاہیے اور تفرقے میں نہیں پڑنا چاہیے۔ تقریب کے مہمان خصوصی میسر و التحصیل فورسٹ ندیم علی، میئر ریڈبرج کونسلر محمد جاوید، میئر کرمیڈن یوٹی ہوپے، ڈپٹی میئر بریٹ کونسلر ناہیر اتھن اور دیگر نے اس موقع پر اپنے خیالات کا اظہار کیا اور آدم ڈے کی اس تقریب کو سراہا۔ اس موقع پر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کا پیغام بھی پیش کیا گیا۔

قبل ازیں پروگرام کا آغاز مدبر قریشی نے تلاوت قرآن پاک سے کیا۔ نگراں مراقبہ ہال لندن محمد علی شاہ اور عبید الرؤف نے تقریب کے ابتدائی کلمات ادا کیے۔ حسن چوہدری نے سلسلہ عظیمیہ کا تعارف پیش کیا۔ پروگرام کے اختتام پر نگراں مراقبہ ہال لندن محمد علی شاہ نے تمام مہمانوں، کونسلرز، میسرز، مذہبی رہنماؤں اور اراکین سلسلہ عظیمیہ کا تہ دل سے شکریہ ادا کیا۔ نظامت کے فرائض مہوش طارق اور الطہر رحمان نے انجام دیے۔ تقریب کے انعقاد میں وحیدہ مجید، ندا ملک، احسان رحمان، لقمان ملک، عثمان ملک، سدرارؤف، سدر علی شاہ، صفدر علی، روزینہ اقبال، حارث رحمان، یاسمین رؤف، جبران عزیز، شبیر خان، غلام ربانی خان، ممتاز خان، بشری رحمان، جہاں آراء، صبیحہ علی اور سلسلہ عظیمیہ کے دیگر کارکنان نے بڑھ چڑھ کر حصہ لیا۔

مسی ساگا، کینیڈا: (رپورٹ: سلمان سلطان) مراقبہ ہال مسی ساگا، کینیڈا کے زیر اہتمام 10 اگست کو آدم ڈے کی تقریب منعقد کی گئی، جس میں مختلف مذاہب و اعتقادات کے ماننے والوں نے شرکت کی۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی

کا ویڈیو ریکارڈ پیغام پیش کیا گیا۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کا تحریری پیغام بھی پیش کیا گیا۔ یونائیٹڈ فیتھ یونیورسل دینس کینیڈا کے ڈیوڈ ٹیکلمین، باوا محی الدین فیوشپ کے مینول ڈی کوشا، فری میڈیشن گروپ کی لونا پاپا، ڈاکٹر آر کے چندرا اور مختلف مذاہب سے تعلق رکھنے والے دیگر مقررین نے اپنے اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ قبل ازیں تقریب کا آغاز دانش اعظم نے تلاوت قرآن پاک سے کیا۔ عامر جمال نے آدم ڈے کا تعارف پیش کیا، پاکستان کے معروف موسیقار سمیل رحمان کا کمپوز کیا ہو ترانہ بچوں نے پیش کیا۔ آخر میں رشیدہ جیلانی نے مہمانوں کا شکریہ ادا کیا۔ نظامت کے فرائض فرحین عامر اور سمیل اختر نے انجام دیے۔

نیویارک، امریکہ: (رپورٹ: محمد ناصر الدین) مراقبہ ہال نیویارک کے زیر اہتمام آدم ڈے کی تقریب مقامی ہونٹل منعقد کی گئی، جس میں مختلف مذاہب و اعتقادات کے ماننے والوں نے شرکت کی۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کا اور اسکا لارڈ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کا پیغام پیش کیا گیا۔ تقریب کی مہمان خصوصی نیویارک ڈسٹرکٹ 49 کے اسمبلی ممبر جیٹریج ایبیٹ کی چیف آف اسٹاف بیٹی این کسز بیو Betty Ann Camizio نے آدم ڈے کے انعقاد کو سراہتے ہوئے کہا کہ اس نوبت کے پروگرام کی ملک میں سخت ضرورت ہے۔ عظیمی فاؤنڈیشن مبارکباد کا مستحق ہے جس نے لوگوں کے توجہ ایک اہم مسئلہ کی جانب مبذول کروائی اور کثیر المذاہب یکجہتی کے لیے کوشش کی ہیں۔

مسی ساگا، کینیڈا: نگراں مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی، معزز مہمانان گرامی ڈیوڈ ٹیکلمین، آر کے چندرا، عامر جمال اور دیگر خطاب کر رہے ہیں۔



مسی ساگا، کینیڈا: نگراں مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی، معزز مہمانان گرامی ڈیوڈ ٹیکلمین، آر کے چندرا، عامر جمال اور دیگر خطاب کر رہے ہیں۔



نیویارک، امریکہ: نگراں مراقبہ ہال وقار عباس اور مہمانان خصوصی بیٹی این کسز بیو کا دیگر مہمانان کے ہمراہ گروپ فوٹو۔

قبل ازیں تقریب کا آغاز حنین ارشد نے تلاوت قرآن پاک اور حائل ارشد نے نعت رسول ﷺ پیش کر کے کیا۔ نگراں مراقبہ ہال وقار عباس نے مہمانوں کی آمد کا شکریہ ادا کیا اور ابتدائی کلمات پیش کیے، دیگر مقررین میں افروغ انجم، احسن ندیم، قیصر سید، امرت فاطمہ، تمیمہ الدین، ہدیٰ رحمن، ثبات رحمن، وردہ رحمن، نقیر قیصر، زارا فاطمہ، عرفہ آصف، علی اور سبحان نے اپنے خیالات کا اظہار کیا، سیدہ زارا قیصر اور حماد وقار نے نظامت کے فرائض انجام دیے۔

عظیمی پبلک اسکول کے اساتذہ سے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کا خطاب 14 اگست کے موقع پر عظیمی پبلک اسکول، کراچی

میں ایک ملتی تقریب کا انعقاد ہوا، اس موقع پر خواجہ شمس الدین عظیمی ایجوکیشنل سوسائٹی کے جنرل سیکرٹری ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے اسکول کے اساتذہ کرام کے ساتھ خصوصی نشست میں شرکت فرمائی۔

اپنے خطاب میں آپ نے فرمایا کہ ”اساتذہ کرام کا نام صرف تعلیم دینا نہیں ہے بلکہ بچوں کی کردار سازی بھی ان کا فرض ہے۔ اس کے لیے آپ قرآن مجید، سنت نبویؐ اور اعلیٰ معاشرتی روایات سے راہنمائی لیں۔ اگر آپ یعنی اساتذہ کرام بچوں کے اخلاق کی درستگی میں اپنا کردار ادا کریں، اللہ اور رسول ﷺ کی محبت بچوں میں پیدا کریں تو یقیناً آپ سوسائٹی کو اچھے افراد فراہم کریں گے۔ عظیم پبلک اسکول کے اساتذہ کرام کو چاہیے کہ وہ بچوں میں اپنے دین سے محبت اور فخر کا احساس پیدا کریں۔ ان کے اندر اپنے وطن پاکستان سے محبت کا جذبہ بیدار کریں۔ ہمارے بچوں میں یہ یقین پیدا ہونا چاہیے کہ ہمارا پاکستان دنیا کا ایک بہترین ملک ہے اور اس کی ترقی کے لیے خوب پڑھنا اور محنت کرنا ہے۔ استاد بچوں کے لیے ایک رول ماڈل اور آئیڈیل کی طرح ہوتا ہے۔ آپ تھوڑی سی کوشش کر کے ان کی شخصیت کو مثبت طرزوں میں ڈھال سکتے ہیں۔“ قبل ازیں تقریب کا آغاز تلاوت قرآن پاک اور نعت رسول ﷺ سے ہوا۔ پرنسپل محترمہ شات عرشی نے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کو خوش آمدید کہا اور عظیمی پبلک اسکول کی نصابی اور ہم نصابی سرگرمیوں کی

مختصر رپورٹ پیش کی۔

مرکزی مراقبہ ہال میں نماز عید الفطر (رپورٹ: دبیر احمد)

یکم شوال بروز جمعہ مورخہ 9 اگست 2013 کو صبح 8:30 بجے مرکزی مراقبہ ہال کے قریب عید گاہ گراہچی سرجانی ٹاؤن میں نماز عید الفطر کے اجتماع کا انتظام کیا گیا۔ نماز عید سے قبل ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے نمازیوں سے خطاب کیا اور نماز عید الفطر کی امامت فرمائی۔ اس موقع پر ملک میں امن و سلامتی خصوصاً گراہچی شہر میں قیام امن کے لئے اور شریعتوں سے محفوظ رکھنے، امت مسلمہ، ملک و قوم کی سلامتی و ترقی کے لئے خصوصی دعاؤں کی گئیں۔ نمازیوں نے آپس میں گلے مل کر ایک دوسرے کو عید کی مبارکباد پیش کی۔ خواتین کے لیے نماز کی ادائیگی کا علیحدہ انتظام کیا گیا تھا، عید گاہ کے انتظامات سرجانی اسپورٹس اینڈ ویلفیئر ایسوسی ایشن کے نوجوانوں نے فرائض انجام دیئے۔



گراہچی: ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی 14 اگست کو عظیمی پبلک اسکول کے اساتذہ کرام سے خطاب کر رہے ہیں۔



گراہچی: نماز عید الفطر کا چر رونق منظر۔

یوم وصال حضرت بابا تاج الدین ناگپوری اللہ کے دوست، کرڈوں انسانوں کے لیے ایک مسحا اور عارف باللہ حضرت بابا تاج الدین کی تاریخ وصال 17 اگست 1925ء ہے۔ حضرت بابا صاحب کے دنیا بھر میں پھیلے ہوئے معتقدین ہر سال 17 اگست کو بابا صاحب کا یوم وصال مناتے ہیں۔ قمری لحاظ سے بابا صاحب کا یوم وصال ماہ محرم الحرام میں منایا جاتا ہے۔

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم برنیا قلندر بابا اولیاء پر حضرت بابا تاج الدین کی خاص نظر کرم ہیں۔ حضرت محمد عظیم رشتے میں بابا تاج الدین کے نواسے ہیں۔ قلندر بابا اولیاء اپنے شاگردوں کے سامنے حضرت بابا تاج الدین کا ذکر فرماتے تو انہیں نانا تاج الدین فرماتے۔ قلندر بابا اولیاء کی پیروی میں سلسلہ عظیمیہ کے اراکین بھی آپ کو نانا تاج الدین یا نانا کہتے ہیں۔ حضرت قلندر بابا



گراہچی: بابا تاج الدین ناگپوری کے یوم وصال کی تقریب میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی اور دیگر نعت خواں حضرات و خواتین شرکائے محفل سے مخاطب ہیں، جبکہ خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب محفل کی کارروائی ملاحظہ فرما رہے ہیں۔



سواری آئی ہوئی ہے یہ سب کچھ کرنا ہے۔

محترم وقار عظیمی صاحب!

ہمارے خاندان کے سب لوگ بزرگان دین سے بہت عقیدت رکھتے ہیں۔ ہم حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی کے بھی بہت عقیدت مند ہیں۔ لیکن اس قسم کے عقائد سے میری سالی کو سخت چڑا اور اختلاف ہے۔

ڈاکٹر صاحب! سواری آنے کی کوئی حقیقت ہے یا یہ کوئی بیماری ہے....؟

جواب: سواری یا حاضری حقیقت ہے یا کوئی بیماری.... اس موضوع پر میں پہلے بھی کئی مرتبہ قلم اٹھا چکا ہوں۔

کسی بزرگ کی سواری یا ان کے اپنے پاس حاضری کے حوالے سے جو ہمارے معاشرے میں مشہور بعض باتیں تو میری نظر میں خود ان بزرگ کے مرتبہ کو کم کرنے کے مترادف ہیں۔ یہ سب کیفیات کیوں ہوتی ہیں ہم اب ان نکات کی طرف آتے ہیں۔

انسانی وجود مختلف صلاحیتوں کا مجموعہ ہے۔ بعض صلاحیتوں کا اظہار شعوری حواس میں ہوتا ہے جبکہ انسان

سواری آنا....

حقیقت یا بیماری....!!!

☆ ☆ ☆

سوال: میری ایک سالی جس گھر میں بیاہ کر گئی ہے وہاں بعض عجیب و غریب باتوں پر عمل ہوتا ہے۔

سالی کی ساس ہر پیر اور جمعرات کو شام کے وقت چراغ جلاتی ہیں اور کہتی ہیں کہ ان پر غوث پاک کی سواری آتی ہے۔ پیر اور جمعرات کے دن شام کے وقت وہ اپنے کمرے میں بیٹھ جاتی ہیں۔ تھوڑی دیر بعد سب گھر والے ان کے کمرے میں چلے جاتے ہیں۔

اس کے بعد ان کی ساس بے خود ہو کر جو بولتی ہیں سب گھر والے اس پر مکمل یقین رکھتے ہیں اور ان باتوں پر عمل کرتے ہیں۔ چاہے وہ بات بالکل غلط یا کسی کو گزند پہنچانے والی ہی کیوں نہ ہو....

میری سالی نہ تو اس وقت اپنی ساس کے کمرے میں جاتی ہے اور نہ ہی اپنی ساس صاحبہ کو کوئی بزرگ ہستی سمجھتی ہے۔ اس بات پر اس کے شوہر اس پر غصہ کرتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ ان بزرگ ہستی کے احترام میں جن کی

ان کی شادی کا بچوں سے ضرور پوچھیں اور ان کی رائے لیجیے کہ اصل میں وہ کیا چاہتے ہیں....؟ اگر ان کی خواہش مناسب ہو تو ان کا ساتھ اپنے تجربے کی بنیاد پر دیجیے۔ آپس کے تعلقات کو مستحکم بنانے کے ان پر ضروری ہے کہ اولاد کی رائے کا بھی احترام کیا جائے اور اپنی مرضی مسلط نہ کی جائے۔

بقیہ: پیار کا پہلا لمس

بچپن میں بچوں کی روزانہ مالش کرنے سے نہ صرف ان کو جسمانی آسودگی حاصل ہوتی ہے بلکہ ان کی ہڈیاں بھی مضبوط ہوتی ہیں اور اس طرح وہ بچے دیگر بچوں کی نسبت زیادہ صحت مند ہوتا ہے نیز مدافعتی نظام مضبوط ہونے کے باعث بہت کم بیمار پڑتا ہے۔ اس لیے مساج کو غیر اہم یا غیر ضروری کام سمجھ کر نہیں چھوڑ دینا چاہیے بلکہ اس کو دیگر تمام کاموں کی طرح اہمیت دیتے ہوئے اپنی زندگی کا معمول بنالینا چاہیے کیونکہ اس طرح سے نہ صرف بچے بلکہ والدین بھی کئی طرح کی مشکلات و پریشانیوں سے محفوظ ہو جاتے ہیں۔

بقیہ: شرح لوح و قلم

کر و وین جسے میں صرف ایک چیز کا ادراک کرتے ہیں۔ یہ ادراک اس وقت کرتے ہیں جب تمام اشیاء کی نفی کر دیں۔ ہمارے ذہن کی صرف ایک سمت متعین ہے۔ اسی سمت میں تقاضے پرواز کرتے رہتے ہیں۔ بظاہر ہم آگے پیچھے، اوپر نیچے دیکھتے ہیں لیکن آگے پیچھے دیکھنا اس وقت تک ممکن نہیں ہے جب تک ہمارا ذہن ایک سمت میں مرکوز نہ ہو جائے۔

(جباری ہے)



اولیاء ہر سال 17 اگست کو اپنے اولین استاد، مرقی اور اپنے نانا کے لیے فاتحہ کا خصوصی اہتمام فرمایا کرتے تھے۔ اس سال 17 اگست کو حضرت بابا تاج الدین ناگپوری کے یوم وصال پر سلسلہ عظیمیہ کے مراکز پر خصوصی دعائیہ تقریبات منعقد ہوئیں۔ مرکزی مراقبہ ہال کراچی میں منعقد ہونے والے ایک اجتماع میں سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے شرکت فرمائی۔ اس موقع پر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے بابا تاج الدین ناگپوری کی شخصیت و تعلیمات کا ذکر کیا۔ ڈاکٹر صاحب نے موجودہ دور کے مسائل کے حل کے لیے تصوف کی تعلیمات سے استفادہ کرنے کی ضرورت پر زور دیا۔ سید اسد علی نے بابا تاج الدین کی شخصیت پر مقالہ پیش کیا۔ اس موقع پر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ہدیہ نعت اور بابا تاج الدین کی خدمت میں منقبت پیش کی گئی۔ آخر میں درود و سلام ہوا۔



بقیہ: بچوں پر اپنی مرضی مسلط....

ہوسکے۔ اس کے لیے آپس کے معاملات کو بہتر کرنے کی ضرورت ہوگی.... والدین کو سمجھنا چاہیے کہ وہ ایک ہی طریقے سے بچوں کی پرورش نہیں کر سکتے۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ جیسے جیسے بچے بڑے ہوتے جاتے ہیں اور عقل و شعور کی منازل میں طے کرتے جاتے ہیں ان کے تقاضے، خواہشات بھی بدلتی جاتی ہیں۔

اس لیے والدین کو اپنے بچوں کو ان کی عمر کے مطابق ٹریٹ کرنا چاہیے۔ اسی طرح بچوں کو بھی چاہیے کہ وہ اپنے گھر کے ماحول اور روایات کو مد نظر رکھتے ہوئے فیصلہ کریں۔

معاملہ بچوں کی تعلیم کا ہوا یا کیریئر کے انتخاب کا یا پھر

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(رافع سبح - کراچی)

میں گھر کی میز چیلوں سے کر کر شدید زخمی ہو گیا تھا، سر، ہاتھوں اور ٹانگوں میں چوٹیں آئیں، بایاں ہاتھ اور ٹانگ چوٹ سے مفلوج ہو کر ان میں حرکت ختم ہو گئی۔ اس دوران کئی آپریشن ہوئے مگر ہاتھ اور پاؤں میں حرکت نہ آئی، ڈاکٹروں کا کہنا تھا کہ خون کی ایک دین دب گئی ہے جس کی وجہ سے ہاتھ اور پاؤں میں خون گردش نہیں کر رہا، میں نے علاج جاری رکھا اور ساتھ ساتھ ڈاکٹروں کے مشورے سے فزیو تھراپی بھی کرتا رہا۔ مگر چلنے پھرنے سے قاصر رہا۔ ہاتھ اور پیر کی معدوری نے مجھے ذہنی مریض بنادیا تھا۔ بات بات پر غصہ آنے لگا، پھر میں نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کیا۔ ریکی کے ابتدائی سیشن سے ہی مجھے فائدہ ہونے لگا اب میں اپنے ہاتھ سے گلاس پکڑنے کے قابل ہوا ہوں اور پیر میں بھی حرکت ہونے لگی ہے۔ ڈپریشن اور غصے میں بھی کمی آئی ہے۔

بعض بچوں کو زیادہ پیار اور شفقت سے پڑھائی کی طرف راغب کرنا ہوتا ہے۔ پڑھائی کے لیے اس پر زبردستی مت کیجئے بلکہ مختلف انداز سے شہاشی اور انعامات کے ذریعے اس میں پڑھائی کے شوق کو ابھاریئے۔

پڑھائی میں دل لگنے کے لیے بطور روحانی علاج اکیس

مرتبہ سورہ قمر (54) کی آیت

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدْرِكٍ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ پانی پر دم

کر کے پلائیں اور اس پر بھی دم کر دیں۔ یہ عمل کم از کم

ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

بچے کی نشوونما

ٹھیک نہیں ہو رہی

☆☆☆

سوال: میری شادی کو ایک سال ہوا ہے۔ میں امید

سے ہوں۔ میرا ساتواں مہینہ ہے۔ اس دفعہ جب میں

روٹین کے چیک اپ کے لیے گئی تو ڈاکٹر نے مختلف ٹیسٹ

کروائے اور بتایا کہ بچے کی نشوونما ٹھیک نہیں ہو رہی

ہے۔ بچہ جسمانی طور پر بہت کمزور ہے اور بچے کی

Movement بھی بہت کم ہے۔

219

ہیں۔ کئی سال ہوئے میری بڑی تند نے اپنی فیملی کے ساتھ ہمارے گھر کے قریب رہائش اختیار کی۔ میری یہ تند چھوٹی چھوٹی باتوں کو بہانہ بنا کر مجھ سے لڑتی رہتی ہیں۔ میں نے ان کو کبھی پلٹ کر جواب نہیں دیا۔ اگر میں اپنے شوہر سے یہ بات کرتی ہوں تو وہ چپ ہو جاتے ہیں یا مجھے تنہا الزام دیتے ہیں کہ تم نے ہی بد تمیزی کی ہوگی۔

میری تند کو اس کے شوہر بات بات پر ڈانٹتے رہتے

ہیں۔ تند صاحبہ اپنے شوہر کا غصہ بھی مجھ پر اتارتی ہیں۔

جب کبھی میں اپنے شوہر سے خوش ہو کر بات کروں

یا کسی معاملے میں شوہر میرا ساتھ دیں تو میری تند سے یہ

برداشت نہیں ہوتا اور وہ میرے شوہر کو طعنہ دیتی ہیں کہ

اپنی بیوی کے ساتھ چھچھوروں جیسی حرکتیں نہ کیا کرو۔

میری تند کے بچے بھی بہت ضدی اور شرارتی

ہیں۔ یہ بچے جو جو حرکتیں کرتے ہیں میرا بیٹا بھی وہ عادتیں

اپناتا جا رہا ہے۔

وہ ابھی گلاس ون میں ہے لیکن اس نے صاف کہہ دیا

کہ پڑھائی میں اس کا دل نہیں لگتا۔ میں اس کی وجہ سے بھی

بہت پریشان ہوں۔

میری ساس ایک اچھی خاتون ہیں۔ مجھے ان سے کوئی

شکایت نہیں ہے۔ وہ میری ماں کی طرح ہیں۔ بہت سی

باتوں میں میرا ساتھ دیتی ہیں۔

جواب: آپ کے ساتھ آپ کی تند کا مذکورہ رویہ

واقعی غلط ہے۔ انہیں آپ کے ساتھ ایسی بد سلوکی نہیں کرنی

چاہیے۔۔۔۔۔ لیکن۔۔۔۔۔ آپ کے مسئلے میں یہ بالکل واضح ہے کہ

ان کا یہ رویہ بعض گھرانوں میں پائے جانے والے تند بھانج

کے روایتی سرد مہری والے تعلقات کی وجہ سے نہیں ہے۔

ان کے اس رویے کی وجہ دراصل ان کے اپنے شوہر کی

غصبی طبیعت، سخت مزاجی اور بیگم کی طرف سے لاپرواہی

میں پنہاں ہیں۔ انہیں اپنے شوہر کی طرف سے پیار اور احترام

کی بعض صلاحیتیں لاشعوری حواس سے تعلق رکھتی ہیں۔ لاشعوری حواس سے تعلق رکھنے والی صلاحیتوں میں سچے خواب، چھٹی حس، الہام وغیرہ بھی شامل ہیں۔

یہ صلاحیتیں عام طور پر چھپی ہوئی ہوتی ہیں۔

غیب بینی بھی ایک ایسی ہی صلاحیت ہے۔ کسی شخص میں

غیب بینی کی صلاحیت بیدار ہو جائے اور وہ اسے صحیح طور پر

سمجھ نہ سکے تو اس شخص میں اس قسم کی کیفیات کا ظہور

ہو سکتا ہے۔ وہ شخص چونکہ اپنی ان کیفیات کا صحیح ادراک

نہیں کر پاتا اس لیے ان کیفیات کو کسی بزرگ کی آمد یا کسی

جن کے اثرات وغیرہ سمجھ لیا جاتا ہے۔ درحقیقت یہ اس

شخص کی اپنی ہی کیفیات ہوتی ہیں۔ ایسی کیفیات کسی نفسیاتی

مرض کی وجہ سے بھی ہو سکتی ہیں۔ عام طور پر ان کیفیات

کو کسی حد تک Hallucination یا خود فریبی بھی

قرار دیا جاسکتا ہے۔

اولیاء اللہ اور صوفیاء کرام کی عظمتوں اور روحانی

صلاحیتوں سے کوئی انکار نہیں، لیکن ہماری نظر میں کسی

شخص کی جانب سے اس قسم کے واقعات کو بغیر کسی

تصدیق کے اولیاء اللہ سے منسوب کر دینا ان کے ساتھ

اظہار عقیدت نہیں بلکہ ضعیف الاعتقادی اور ان بزرگوں

کی بے ادبی ہے۔

اس قسم کی کیفیات میں مبتلا افراد کا مناسب طبی

اور روحانی علاج کروانا چاہیے۔

نند مجھ پر غصہ کرتی ہیں۔۔۔!!

☆☆☆

سوال: میری شادی کو سات سال ہو گئے ہیں۔ ہمارا

ایک بیٹا ہے۔ شروع میں ہم میاں بیوی میں بہت محبت

اور ذہنی ہم آہنگی رہی۔ ڈھائی سال کے بعد ہم دونوں میں

چھوٹی موٹی باتوں پر لڑائیاں ہونے لگیں۔

ہم جوائنٹ فیملی میں رہتے ہیں۔ میری تین تندیں

218

ڈاکٹر کی بات سن کر ہم میاں بیوی کو بہت فکر ہوئی۔ اس کے بعد سے اکثر میرا بلڈ پریشر ہائی رہنے لگا ہے۔ لڑکی کا ساتھ ہو اور وہ بھی ذہنی یا جسمانی کمزوری میں مبتلا ہو تو آپ سمجھ سکتے ہیں کہ ماں باپ کا کیا حال ہوتا ہوگا۔ یہی خدشات مجھے اور میرے میاں کو ستائے جا رہے ہیں۔

جواب: ڈاکٹروں کی ہدایات پر عمل کے ساتھ ساتھ صبح شام اکیس اکیس مرتبہ سورہ بنی اسرائیل کی آیت 82 میں سے

وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَاهُو
شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے پیٹ پر دم کر دیں اور دعا کریں۔ جب بھی پانی، گلوکوز، شربت پئیں گیارہ مرتبہ یا قوی پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ حسب استطاعت صدقہ بھی کرتی رہیں۔

سود کا عذاب....!!

☆☆☆

سوال: میرے بہنوئی نے اپنے کاروبار کو وسعت دینے کے لیے کچھ عرصے پہلے ایک صاحب سے سونا ادھار لیا اور سود کی مد میں ہر ماہ انہیں کچھ رقم دیتے رہے۔ دو سال یہ سلسلہ اسی طرح چلتا رہا۔

معلوم نہیں کہ میرے بہنوئی کے دل میں لالچ آئی یا ان کو سود دینا اب گراں گزرنے لگا کہ اچانک میرے بہنوئی بیرون ملک چلے گئے۔ جب ان صاحب کو پتہ چلا کہ میرے بہنوئی ملک سے فرار ہو گئے ہیں تو انہوں نے تھانہ میں سونے اور روپے کی وصولیابی کے لیے رپورٹ بہنوئی اور ان کی بیگم یعنی ہماری بہن کے خلاف درج کروادی۔ فون پر اور میسج کے ذریعہ بھی میری بہن کو دھمکیاں دی جا رہی ہیں۔ میری بہن اس لین دین سے قطعی لاعلم

تھی۔ بہنوئی باہر کیا کرتے تھے اپنے گھر میں وہ اس کی کوئی خبر نہیں دیتے تھے۔

میری بہن سخت مشکل میں ہے۔ تھانہ پکھری کرنا اس کے بس میں نہیں ہے وہ تو ایک گھریلو عورت ہے۔ جواب: کاروباری مقاصد کے لیے قرض لینے کے مختلف طریقے ہیں۔ کچھ طریقوں میں قرض کی نوعیت خالصتاً سودی قرض کی ہوتی ہے، بعض معاملات میں کاروباری مقاصد کے لیے قرض لینے والا دوسرے شخص کو اپنے منافع میں شریک کرتا ہے اور اس منافع کی ادائیگی کے مختلف شیڈول طے پاتے ہیں۔

پتہ نہیں آپ کے بہنوئی نے اپنے کاروبار کے لیے قرضہ کن شرائط پر لیا تھا۔ اگر وہ قرض یا منافع دینے میں کوئی مشکل محسوس کر رہے تھے تو انہوں نے قرض خواہوں سے بات کیوں نہ کی۔ وہ لوگوں کو بتائے بغیر خاموشی کے ساتھ بیرون ملک کیوں چلے گئے....؟

آپ نے لکھا ہے کہ آپ کی بہن صاحبہ اپنے شوہر کے کاروباری معاملات سے بالکل لاعلم ہیں۔

میری دعا ہے کہ آپ کے بہنوئی قرض واپس کرنے پر آمادہ ہو جائیں۔ آپ کی بہن کسی بھی نا انصافی سے محفوظ رہیں۔ اپنی بہن سے کہیں کہ وہ وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا سَلَامُ کا ورد کرتی رہیں۔

بھائی سے ملنے پر پابندی

☆☆☆

سوال: چودہ سال پہلے ہماری ایک کزن کی شادی ان کی پسند سے ہوئی تھی۔

شادی کے بعد ہماری کزن کو بتایا گیا کہ ان کے ہاں سسرال جانے اور رشتہ داروں سے ملنے پر پابندی ہوتی ہے۔ ہماری کزن کے والدین وفات پا چکے ہیں۔ صرف ایک بھائی ہے۔ بھائی کے گھر جانے پر بھی کزن کے شوہر

اور ساس خندیں تیوری چڑھاتی تھیں۔

رفتہ رفتہ اس نے اپنے دور و نزدیک کے تمام رشتہ داروں سے تعلق ختم کر لیا یا یوں کہا جائے کہ ختم کر دیا گیا۔ یہاں تک کہ خوشی و غمی کے مواقع پر بھی وہ اسے میکے آنے نہیں دیتے۔ چند سال بعد اس کے شوہر نے فرمائش کی کہ وہ اپنے بھائی اور رشتہ داروں سے کہہ کر ان کے لیے اچھی ملازمت حاصل کرے۔

چند رشتہ داروں نے مل کر انہیں ایک ادارے میں ملازمت دلوا دی۔ اس پر بھی انہوں نے شکر ادا کرنے کے بجائے کزن کو باتیں سنائیں کہ تمہارے رشتہ دار مجھ پر احسان کر کے مجھے اپنا غلام بنانا چاہتے ہیں۔

ہم چاہتے ہیں کہ اللہ اس کے شوہر اور سسرال والوں کو توفیق عطا فرمائے کہ وہ لوگ کم از کم تہوار، شادی غمی میں تو اسے اس کے قریبی رشتہ داروں سے ملنے کی اجازت دے دیں۔ آپ سے التماس ہے کہ کوئی دعا یا عمل بتائیں کہ اس کے شوہر، ساس خندوں کی سوچ میں مثبت تبدیلی آجائے۔

جواب: آپ کی کزن خود یا آپ میں سے کوئی رات سونے سے پہلے ایک سو ایک مرتبہ سورہ یونس 10 کی آیت نمبر 25:

وَاللّٰهُ يَدْعُوْاۤ اِلٰی دَارِ السَّلَامِ وَيَهْدِيْ مَنْ يَّشَاءُ اِلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی کزن کے حالات میں بہتری کے لیے اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ نافع کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

اولاد نہیں ہے

☆☆☆

سوال: میری شادی کو دس سال ہو گئے ہیں۔ شادی

کے بعد دو تین سال تک ہم نے احتیاط کی۔ اس کے بعد جب ہم نے چاہا کہ اولاد ہو تو کوئی امید نہ بندھی۔

ڈاکٹروں سے رجوع کیا.... انہوں نے کئی ٹیسٹ کروائے۔ ایک لیڈی ڈاکٹر نے کہا کہ آپ کو اندرونی ورم کی وجہ سے حمل نہیں ٹھہر رہا۔ اس کے لیے ڈاکٹر نے تین ماہ کا کورس کروایا جب کچھ فرق نہ پڑا تو انہوں نے دو مرتبہ اور تین تین ماہ کے کورس کروائے اور آخر میں یہ کہہ دیا کہ اللہ کی مرضی....

شوہر کی رپورٹ نارمل آئی ہے۔ میری رپورٹ بھی نارمل ہے لیکن ہم ابھی تک اولاد کی نعمت سے محروم ہیں۔

جواب: عشاء کی نماز ادا کر کے یا رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ سورہ مومنون (23) کی آیات نمبر 12 تا 14:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ مِنْ سُلٰلَةٍ مِّنْ طِيْنٍ ○ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نَظْفَةً فِیْ قَرَارٍ مَّكِيْنٍ ○ ثُمَّ خَلَقْنَا النَّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَّوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ○ ثُمَّ اَنْشَاْنَاهُ خَلْقًا اٰخَرَ ○ فَتَبَارَكَ اللّٰهُ اَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ ○

سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شہد پر دم کر کے میاں بیوی دونوں پئیں اور اللہ تعالیٰ سے اولاد کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل نوے روز تک جاری رکھا جائے۔ آپ کے نافع کے دنوں میں آپ کے شوہر پڑھ کر دم کر کے دیا کریں۔ آپ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا مَصُوْر کا ورد کرتی رہا کریں۔

شوہر نشے کا عادی ہے

☆☆☆

سوال: میری عمر اٹھائیس سال ہے۔ تین سال پہلے ہماری رشتہ کی خالہ دس سال بعد انگلیٹھ سے پاکستان آئی

تھیں۔ انہوں نے اپنے بیٹے کے لیے مجھے پسند کیا اور ایک ماہ کے اندر شادی ہو گئی۔ شادی کے پندرہ دن کے بعد خالہ اپنے بیٹے کے ہمراہ واپس چلی گئیں۔

چھ ماہ بعد میرا بڑا آیا اور میں ڈھیر سارے خواب سچائے اپنے شوہر کے پاس پہنچ گئی۔۔۔ لیکن میرے سارے خواب ایک ایک کر کے چکنا چور ہوتے گئے۔ رفتہ رفتہ مجھ پر شوہر کے شوق واضح ہونے لگے۔ میرے شوہر شراب کے عادی ہیں۔ جب سے فارغ ہو کر سیدھے پب میں چلے جاتے ہیں اور رات دیر گئے گھر آتے ہیں۔ وہ بھی ایسی حالت میں کہ انہیں اپنا کوئی ہوش نہیں رہتا۔

اس مدہوشی کے عالم میں وہ نہ جانے کیا اول فول بکتے رہتے ہیں۔ کبھی کہتے ہیں میرے پاؤں دباؤ، کبھی کوئی فرمائش کرتے ہیں تو کبھی کوئی۔۔۔ بعض فرمائش پوری نہ ہونے پر مجھے بہت مارتے بھی ہیں اور گالیاں لگتے ہیں۔

میں نے خالہ سے شکایت کی تو وہ کہتی ہیں کہ تمہارا شوہر جیسے کہے ویسے ہی کرو۔۔۔ میں تمہاری کوئی مدد نہیں کر سکتی۔۔۔ یہاں کا معاشرہ تو ایسا ہی ہے تمہیں یہاں رہنے کے ڈھنگ سیکھ لینا چاہئیں۔

میرے شوہر بہت شکی مزاج بھی ہیں مجھے گھر سے باہر جانے نہیں دیتے۔ ایسا لگتا ہے کہ میں ان کی بیوی نہیں کوئی مجرم ہوں جسے قید کر کے رکھا ہوا ہے۔ چار ماہ پہلے پرگینسی ہوئی تھی جو شوہر ضائع کروادی۔ اس کی وجہ سے میری طبیعت زیادہ خراب رہنے لگی۔ کچھ دنوں سے خالہ مجھے اپنے گھر کے قریب پارک میں لے جانے لگی ہیں تاکہ میری طبیعت کچھ بہل جائے۔

میں اس نقصان زدہ ماحول میں سخت پریشان ہوں۔ کوئی وظیفہ بتائیں کہ میرے شوہر راہ راست پر آجائیں اور ان کی نشہ کرنے کی اور دیگر بری عادتیں ختم ہو جائیں۔ ہمارا رشتہ قائم اور مضبوط رہے اور میری

اور میرے خاندان کی عزت برقرار رہے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس مرتبہ سورہ

بقرہ کی آیت نمبر 168-169 میں سے

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ
إِنَّمَا يَأْمُرُكُمْ بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ وَأَنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَخْلُفُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کے راہ راست پر آنے اور بری عادتوں سے نجات کے لیے دعا کریں۔ اس عمل کو کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

پڑھائی سے بے رغبتی

سوال: میری ایک بیٹی اور دو بیٹے ہیں۔ بیٹی آٹھویں جماعت میں اور بیٹے پانچویں اور چوتھی جماعت میں پڑھتے ہیں۔ بیٹی تو پڑھائی میں بہت اچھی ہے لیکن دونوں بیٹوں کا پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ سارا دن کھیل کود اور ہنگاموں میں لگے رہتے ہیں۔ پڑھائی کے وقت انہیں تیند آنے لگتی ہے یا پیٹ میں درد کا بہانہ بنا کر جان چھڑا لیتے ہیں۔

میرے شوہر مجھ سے بیٹوں کی پڑھائی کے بارے میں بہت سختی کے ساتھ پوچھتے ہیں۔ میں کہتی ہوں کہ یہ ذمہ داری تو آپ کی بھی ہے کہ بیٹوں کی پڑھائی میں دلچسپی لیں اور ان پر توجہ دیں۔ کچھ وقت نکال کر پڑھائی کے لیے ان کے ساتھ بیٹھیں۔

بیٹوں کی پڑھائی سے عدم دلچسپی پر میرے شوہر مجھ پر برس پڑتے ہیں اور ہم دونوں میں جھگڑا ہو جاتا ہے۔ دوسرے دن ہم دونوں اپنے اپنے برتاؤ پر شرمندگی کا اظہار کر کے معاملہ کو سنبھال لیتے ہیں لیکن میرے دونوں بیٹوں پر کوئی اثر نہیں پڑتا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد تین سو مرتبہ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ

اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں اور دعا کریں کہ بیٹوں کا پڑھائی میں دل لگے۔ شام کے وقت اکیس مرتبہ یا علیہ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر آدھی چھٹی شہد پر دم کر کے پلائیں۔

بیٹی کے لیے باپ کا تحفظ

سوال: میری عمر تیس سال ہے۔ میں ایک ماٹری نیٹل کمپنی میں اچھے عہدے پر کام کرتی ہوں۔ پانچ سال پہلے میری شادی ہوئی تھی جو شوہر کی لاپرواہی، غیر ذمہ داری اور لالچی طبیعت کے باعث ایک سال میں ہی ختم ہو گئی۔

میری ایک بیٹی ہے جو اب چار سال کی ہو گئی ہے۔ میں نے اپنی بیٹی کے لیے ایک آیار کھی ہوئی ہے جو میرے آفس ٹائم میں بچی کی دیکھ بھال کرتی ہے۔ گزشتہ دو سال میں میرے آفس کے دو تین لڑکوں نے مجھے پرپوز کیا جب میں نے بتایا کہ میری ایک چار سال کی بیٹی بھی ہے تو انہوں نے خاموشی اختیار کر لی۔

ایک سال پہلے ہمارے ڈپارٹمنٹ میں ایک اکاؤنٹنٹ صاحب آئے جو کہ کافی خوش مزاج ہیں۔ ان کی عمر پچاس سال ہے وہ شادی شدہ ہیں اور ان کے بچے بھی جوان ہیں۔ وہ صاحب دو تین مرتبہ مجھ سے شادی کا کہہ چکے ہیں۔ میں نے انہیں بتایا بھی کہ آپ کے بچے جوان ہیں۔ وہ میری زندگی اجیرن کر دیں گے۔ تو وہ کہتے ہیں کہ یہ میرا مسئلہ ہے میں تمہیں الگ فلیٹ لے کر دوں گا۔ تمہارا پہلی بیوی اور بچوں سے کوئی رابطہ نہیں رہے گا۔ شادی کرنا میری مجبوری ہے۔ میں اپنی بیٹی کے ساتھ زیادہ عرصے تک تنہا نہیں رہ سکتی اور ان صاحب سے

شادی بھی نہیں کرنا چاہتی۔

آپ مہربانی فرما کر کوئی وظیفہ بتائیں کہ جس کی برکت سے ایسا رشتہ آئے جو میری بیٹی کو باپ کا پیار اور تحفظ کا احساس بھی دے سکے۔

جواب: ہر نماز کے بعد اکیس مرتبہ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ
يَا حَافِظُ يَا وَكِيلُ يَا رُقِيبُ يَا اللّٰهُ
وَصَلَّى اللّٰهُ عَلَى خَيْرِ خَلْقِهِ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ

اجبوعین

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے مقصد کے حصول کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

اولاد کا والدین پر اعتماد

سوال: میرے تین بیٹے اور ایک بیٹی ہے۔ ہم نے مکان کی بالائی منزل کرائے پر دی ہوئی تھی۔ کرایہ دار کے بچوں اور بچیوں کے ہمارے گھر آنے جانے، اٹھنے بیٹھنے کو کبھی ہم نے برا نہ جانا۔

چند ماہ تک تو یہ لوگ کرایہ پابندی سے دیتے رہے۔ اس کے بعد کرایہ دینے میں ٹال مٹول کرنے لگے۔ ہمارے کئی محلے داروں کو بھی ان لوگوں کی بعض باتوں پر اعتراضات تھے بہر حال ہم نے ان کرایہ داروں سے اپنا مکان خالی کر دیا۔

کچھ دنوں بعد مجھے اپنی بیٹی کے پاس سے ایک موبائل ملا۔ پوچھنے پر بیٹی نے بتایا کہ سابقہ کرائے دار کے بیٹے نے دیا ہے۔ اس سے میری دوستی ہے۔ آپ میری منتقلی اس لڑکے سے کر دیں۔

میں حیران و پریشان ہو گئی۔ کبھی سوچا بھی نہ تھا کہ ہماری بیٹی ایسی ہو جائے گی۔ میں نے بیٹی کو ڈانٹ ڈپٹ

کر کے اس سے وہ موبائل لے لیا۔ کچھ دنوں بعد اس لڑکے کی ماں ہمارے گھر رشتہ مانگنے آئی۔ میں نے انہیں کہا کہ ہماری بیٹی ابھی میٹرک میں ہے۔ فی الحال ہم رشتہ نہیں کر سکتے۔ جس پر اس عورت نے کہا کہ میں تو آپ کی بیٹی کی خواہش پر ہی آپ کے گھر آئی ہوں۔ ورنہ ہمیں ضرورت نہیں ہے۔

کچھ دنوں بعد بیٹی کے پاس پھر ایک موبائل ملا۔ جس پر میں نے اسے مارا پیٹا اور سمجھایا بھی.... بیٹی اب کہتی ہے کہ آئندہ ایسا نہیں ہوگا۔

محترم وقار عظیمی صاحب!

دو مرتبہ ایسا ہونے پر اب میں بیٹی پر کیسے بھروسہ کر لوں۔ سمجھ نہیں آ رہا کہ کیا کریں۔

میں بہت پریشان ہوں۔ میری بیٹی پر میری کسی بات کا اثر نہیں ہوتا۔ میرے شوہر روزگار کے سلسلے میں بیرون ملک میں ہیں۔ ان کو ان حالات کا علم نہیں ہے۔ اگر خدا نخواستہ یہاں کچھ ہو گیا تو ہماری بہت بدنامی اور جگہ ہنسائی ہوگی۔ شوہر مجھ پر بہت ناراض ہوں گے۔

جواب: آپ کو سمجھ نہیں آ رہا کہ درپیش صورت حال میں کیا کریں۔ اس کنفیوژن کی میری نظر میں تین بڑی وجوہات ہیں۔ پہلی تو یہ کہ اپنی بیٹی کے ساتھ آپ کا قریبی رابطہ نہیں ہے۔ دوسرے یہ کہ آپ کے شوہر بیرون ملک مقیم ہیں۔ تیسرے یہ کہ گھریلو امور پر آپ میاں بیوی ایک دوسرے سے مشورہ نہیں کرتے۔

شوہر اور آپ کے درمیان مسلسل رابطہ اور باہمی مشاورت ہوتی رہتی تو کسی نہ کسی حد تک گھر میں اُن کی موجودگی کا احساس رہتا۔

آپ نے لکھا ہے کہ میں اب بیٹی پر کیسے بھروسہ کروں....؟

میرا خیال ہے کہ آپ کی بیٹی بھی یہی سوچتی ہوگی کہ

اپنے معاملات میں اپنی ماں کو اعتماد میں لیا جائے یا نہیں....؟

اس کا خیال ہو گا کہ اگر میں نے اپنی یا اپنی سہیلیوں کی باتیں اپنی امی کو بتائیں تو امی بہت ناراض ہوں گی اور (اس کے خیال میں ناجائز) پابندیاں لگا دیں گی۔

محترم بہن! آپ کے لیے میرا مشورہ یہ ہے کہ اپنی اولاد پر اعتماد کیجئے۔ اپنے سب بچوں کے ساتھ قریبی رابطہ رکھئے۔ بچوں سے ان کے مشاغل پر، ان کی پڑھائی پر، ان کے دوستوں اور سہیلیوں کے بارے میں بات کیجئے۔ اپنے بچوں کو یہ بھی یاد کرادیں کہ آپ کو ان کی خوشی عزیز ہے اور ہمیشہ عزیز رہے گی۔

انہیں بتائیے کہ انہوں نے اپنی تعلیم، کیریئر یا شادی کے حوالے سے کچھ سوچا تو آپ دونوں ان کی رائے کو بلاوجہ مسترد نہیں کریں گے بلکہ ان کا جائزہ لیں گے۔

اگر بچوں کی رائے اور سوچ ٹھیک محسوس ہوئی تو والدین بہت خوشی سے اپنے بچوں کے ساتھ ہوں گے۔ اگر کسی معاملے میں بچوں کی رائے یا پسند مناسب محسوس نہ ہوئی تو بچوں کی بات یکسر مسترد نہیں کر دی جائے گی بلکہ بچوں سے بات کی جائے گی۔

محترم بہن! ہمیں اپنی اولاد کی تکریم کرنی چاہیے انہیں یہ احساس دلانا چاہیے کہ ہم ان پر اعتماد کرتے ہیں اور بچوں کو بھی یہ اعتماد ہونا چاہیے کہ ان کے والدین ان کے جذبات و احساسات سے آگاہ ہیں۔ والدین کو اپنے طرز عمل سے اپنے بچوں میں یہ احساس بھی اجاگر کرنا چاہیے کہ ان کے والدین ان کے بہترین مشیر بھی ہیں۔

گھریلو امور میں بالخصوص بچوں کے معاملات میں شوہر اور بیگم کو ایک دوسرے کو مسلسل آگاہ رکھنا چاہیے اور گھر کا نظام باہمی مشاورت سے چلانا چاہیے۔

اسی اصول کے پیش نظر آپ کے لیے میرا مشورہ بھی

یہ ہے کہ بچوں کی تعلیمی پر اگر لیس کے بارے میں بچوں کے دوستوں، سہیلیوں کے بارے میں بچوں کے شوق اور دیگر سرگرمیوں کے بارے میں مناسب انداز میں اپنے شوہر کو باخبر رکھیں اور ان سے مشورہ بھی طلب کرتی رہیں۔

اس بات کا خیال رکھیے گا کہ بیرون ملک مقیم شوہر کو باخبر رکھنا بہت احسن انداز میں ہو، ایسے انداز میں نہ ہو کہ وہ وہاں پریشان ہو جائیں یا غصے میں آجائیں۔

جوڑوں میں درد

☆☆☆

سوال: میری عمر پینتالیس سال ہے۔ مجھے گزشتہ دو سال سے جوڑوں میں درد رہنے لگا ہے۔ ڈاکٹری دوائیوں کے ساتھ ساتھ میں نے گھٹنوں میں دو بار انجکشن بھی لگوائے ہیں۔ درد ایک دو ماہ کے لیے ختم ہو کر پھر شروع ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھی گھٹنوں میں سوجن بھی ہو جاتی ہے۔

جواب: اسگندہ 24 گرام، اسپند 24 گرام، خولجان 24 گرام.... تینوں ادویہ کا سفوف بنالیں۔ چار چار گرام سفوف صبح نہار منہ اور شام آدھی آدھی چمچی دوا الٹا متبادل کے ساتھ لیں۔ عطیمی لیبارٹریز کی ہر بل کریم بوٹا دیر آگھٹنوں پر بلکہ ہاتھ سے مالش کریں۔

پرانا نزلہ اور سردرد

☆☆☆

سوال: میری بیٹی کو سات سال سے نزلہ کی شکایت ہے، نزلہ زیادہ تر گلے میں گرتا ہے جس کی وجہ سے اس کا گلا ہر وقت خراب رہتا ہے۔ اس کا سر بھاری رہتا ہے اور کان سن رہتے ہیں۔ علاج کرانے سے کچھ دن افادہ محسوس ہوتا ہے۔ اُس کے بعد پھر نزلہ میں شدت اور طبیعت میں بھاری پن بھی ہو جاتا ہے۔

برائے کرم کوئی دیکھی نسخہ تجویز فرمادیں۔

جواب: گل بنفشہ 6 گرام، اسطوخودوس 6 گرام،

ملیٹھی 6 گرام، گاؤزبان 6 گرام، عذاب تین دانے۔ دو پیالی پانی میں جوش دے کر صبح نہار منہ اور رات کو سونے سے پہلے پیئیں۔ دونوں وقت تازہ اجزاء لے کر پانی جوش دیں۔ کلر تھراپی کے اصولوں کے مطابق غیلی شعاعوں سے تیار کردہ پانی ایک ایک پیالی صبح نہار منہ اور شام کے وقت اور زرد شعاعوں میں تیار کردہ پانی دو پیالہ اور رات کھانے سے پہلے آدھی آدھی پیالی پیئیں۔

خود اعتمادی میں کمی

☆☆☆

سوال: میری شادی کو چھ ماہ ہوئے ہیں۔ خود اعتمادی کی کمی تو مجھے شروع ہی سے ہے لیکن اب سسرال میں آکر اس میں شدت آگئی ہے۔ اس اعتماد کی کمی کا سوچ سوچ کر بہت احساس کمتری و تنہائی کا شکار ہوتی جا رہی ہوں۔

میرے شوہر میری اس کمزوری سے واقف ہیں اور وہ اپنے گھر والوں کے سامنے میری حوصلہ افزائی کرتے رہتے ہیں۔ میری ساس و سسر بھی میرا بہت خیال رکھتے ہیں۔ اس کے باوجود میں زیادہ تر وقت میں اپنے کمرے میں رہتی ہوں۔ ضروری کام وغیرہ نمٹا کر فوراً کمرے میں بند ہو جاتی ہوں۔

جواب: صبح شام اکیس اکیس مرتبہ سورہ اہقام

06 کی آیت نمبر 63:

قُلْ مَنْ يَدْعِيكُمْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ تَدْعُوهُ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً لَّئِنْ أَنْجَانَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے یا سچی یا قیوم کا ورد کرتی رہا کریں۔

☆☆☆

سوال: میرا بیٹا میٹرک میں ہے اسے کچھ عرصہ سے بات بات پر بہت غصہ آنے لگا ہے۔ غصہ میں ہر کسی سے الجھ پڑتا ہے۔ وہ خود اپنی اس عادت سے بہت پریشان ہے۔

جواب: بیٹے سے کہیں کہ وہ صبح نہار منہ اکیس مرتبہ

يَا وَدُودُ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کرے۔

بیٹے کو ہدایت دیجئے کہ وہ زیادہ تر باوجود غصے کی عادت اپنائے۔ اگر کسی بات پر غصہ قابو میں نہ رہے تو فوراً وضو کر لے اور گیارہ مرتبہ يَا وَدُودُ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لے۔

غیر ذمہ دار شوہر

☆☆☆

سوال: میرے بڑے بھائی کی شادی کو دو سال ہوئے ہیں۔ ان کا ایک بیٹا ہے لیکن ان کے اندر ذرا بھی احساس ذمہ داری نہیں ہے۔

بھائی اپنی بیگم سے کہتے ہیں کہ اگر اسی طرح میرے ساتھ نباہ کر سکتی ہو تو ساتھ رہو ورنہ اپنی ماں کے گھر چلی جاؤ۔

جواب: اپنی بھابھی سے کہیں کہ وہ رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورہ احزاب (33) کی آیت 43

هُوَ الَّذِي يُصَلِّيْ عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ
لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ اِلَى النُّوْرِ وَكَانَ
بِالْمُؤْمِنِيْنَ رَحِيْمًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کے لیے دعا کریں۔

عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

☆☆☆

سوال: میں انٹر کی اسٹوڈنٹ ہوں۔ میرا رنگ سالوا ہے اور چہرے پر کشش نام کی کوئی چیز نہیں ہے۔ میرا چہرہ مرجھایا ہوا لگتا ہے۔ چہرے میں کشش کے لیے کوئی وظیفہ بتا دیجئے۔

جواب: صبح سورہ یوسف کا ایک رکوع پڑھ کر دونوں

ہاتھوں پر دم کر کے دعا کی طرح ہاتھ چہرے پر تین مرتبہ پھیر لیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

رنگت نکھارنے کے لیے قدرتی اجزاء پر مشتمل ایک نسخہ بھی نوٹ کر لیں۔

کھٹائی تین گرام، ہلدی 12 گرام، جو کا آٹا 12 گرام اور دودھ ڈیر پڑھ کلو لے لیں۔

دودھ کو اسٹیل کے برتن میں جوش دے کر اس میں

کھٹائی ڈال دیں۔ دودھ پھٹ جائے گا۔ اب اس دودھ کو چھان لیں۔ پانی سپینک دیں اور بچے ہوئے کھوئے میں ہلدی اور جو کا آٹا ملا دیں اور عرق گلاب کے چند قطرے بھی ڈال دیں۔ یہ دلیکی ابٹن تیار ہے۔

اس ابٹن کو چہرے پر دن میں دو مرتبہ لگائیں۔ آدھے گھنٹے کے لئے لگا رہنے دیں پھر ٹھنڈے پانی سے دھو لیں۔



روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی: 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک